

Trabajo Fin de Máster

Modalidad B

Cantar en un coro en la adolescencia: beneficios y repercusiones en alumnos de un centro de Educación Secundaria y Bachillerato.

Singing in a choir in the adolescence: benefits and repercussions for students of a secondary school.

Autor

Santiago Santamaría Bolado

Directora

Icíar Nadal García

FACULTAD DE EDUCACIÓN

2019

“La música es un eco del mundo invisible.”

Giuseppe Mazzini

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	2
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	4
2.1. El coro en la educación secundaria obligatoria	4
2.1.1. <i>Contexto legislativo</i>	5
2.2. Los beneficios de cantar en un coro	7
2.2.1. <i>Beneficios sociales</i>	8
2.2.1. <i>Beneficios emocionales</i>	10
2.2.3. <i>Beneficios físicos</i>	12
2.2.4. <i>Beneficios académicos</i>	13
3. PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN	15
3.1. Objetivos	15
3.2. Diseño metodológico	16
3.2.1. <i>Participantes</i>	16
3.2.2. <i>Herramientas</i>	17
4. RESULTADOS DE LA RECOGIDA DE DATOS	20
4.1. Resultados de los datos	20
4.2. Resultados de las percepciones personales	21
4.2.1. <i>Resultados sobre el campo emocional</i>	21
4.2.2. <i>Resultados sobre la motivación</i>	21
4.2.3. <i>Resultados sobre las percepciones físicas</i>	22
4.3. Resultados sobre socialización	23
4.3.1. <i>Resultados sobre socialización intragrupal</i>	23
4.3.2. <i>Resultados sobre socialización intergrupala</i>	24
4.4. Resultados sobre repercusiones académicas	25
5. CONCLUSIONES Y CONSIDERACIONES FINALES.....	26
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	30

7. ANEXOS	34
7.1. Anexo I: Cuestionario	34
7.2. Anexo II: Gráficas de respuestas del cuestionario	39

RESUMEN

Este trabajo presenta un estudio de investigación, a pequeña escala, que se ha llevado a cabo en el coro de estudiantes del instituto público de Zaragoza IES Francisco Grande Covián. A través de este grupo y en este contexto socioeducativo, se pretende conocer los beneficios, si los hubiera, que la participación en el coro durante la adolescencia reporta sobre los estudiantes que forman parte de esta actividad. El estudio se lleva a cabo por medio de la observación directa, entrevistas y cuestionarios. Tras el análisis de los resultados se constata que el coro es una herramienta muy valiosa que ayuda a sus componentes en su desarrollo socio-emocional, físico y académico.

PALABRAS CLAVE

Canto coral, Educación Secundaria, Beneficios socio-emocionales, Música, Motivación.

ABSTRACT

This study presents a small-scale research project carried out about the students choir from IES Francisco Grande Covián secondary school in Zaragoza. Through this group and within this socio-educational context, it has been sought to detect the benefits –if any– for students for taking part in the choir during the adolescence. The study has been conducted through direct observation, interviews and surveys. Based on the results of the analysis, it is proved that the choir is a highly valuable instrument which helps its participants on their social, emotional, physical and academic development.

KEY WORDS

Choral singin, Secondary school, Social-emotional benefits, Music, Motivation.

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El siguiente trabajo se enmarca dentro de distintos ámbitos: la educación secundaria, la educación musical, la práctica coral y los propios alumnos y alumnas de un Instituto público de Zaragoza.

Este estudio se ha llevado a cabo en base a dos grandes bloques. En primer lugar, una revisión teórica de autores que se han dedicado a la investigación del coro como actividad socio-musical y los beneficios de la práctica coral. En segundo lugar, se ha realizado un estudio en el coro del instituto Francisco Grande Covián con el objetivo de conocer la incidencia que tiene a nivel socioemocional, físico y académico sobre sus participantes. Las conclusiones se han obtenido en base a su propia percepción, a la observación y a la información obtenida por entrevistas con la directora, los estudiantes y diferentes docentes del centro.

El coro es una práctica que puede reflejar perfectamente las relaciones de un entorno. Es una actividad en la que todos tienen una función, y deben trabajar en conjunto para obtener un resultado. El contexto de secundaria es un contexto especialmente interesante. En él, los componentes del coro aprenden a conocerse, a socializarse en su vida cotidiana y de forma paralela a llevar a cabo una práctica coral, que les repercute de forma positiva en su vida. Es una actividad que requiere de un equilibrio entre lo individual y lo grupal. Este equilibrio es el mismo que podría tenerse en la vida propia, y tenemos la oportunidad de estudiar cómo el contexto de una actividad como esta les ayuda a adquirir su propia forma de ser. El desarrollo integral del estudiante es fundamental en estas edades para conformar lo que serán una vez acaben su educación obligatoria.

El coro no profesional, como es nuestro caso ya que nos centramos en un centro de secundaria, es una actividad que puede entenderse fácilmente como algo más social que musical. Por este motivo, realizando un estudio sobre la actividad coral en este tipo de agrupaciones, podemos ver cómo se desarrollan las relaciones sociales entre los componentes del propio coro, y estudiar cómo afecta a la socialización general de los adolescentes. Por otra parte, podemos hacer una aproximación a las relaciones intergrupales que surgen entre el coro y el resto del centro y comprobar si los componentes se sienten valorados en la comunidad educativa por su práctica coral.

Por estos motivos se ha considerado de especial interés realizar un estudio en el que se trata de forma relacionada la actividad musical con la motivación, las emociones, la socialización, y el desarrollo físico y académico de los adolescentes.

En cuanto a los beneficios académicos y físicos, no se ha podido profundizar de manera evidente en este estudio. Son temas que requieren mucho más tiempo de investigación del que se disponía. Principalmente porque se necesita un estudio longitudinal en que podamos ver cómo, con el paso de cierto tiempo, los datos van cambiando y poder extraer conclusiones de ellos. Por este motivo solo se ha realizado una aproximación a lo que los propios alumnos consideran sobre la repercusión en su vida académica y en su desarrollo físico.

Este estudio se ha centrado en el coro del IES Francisco Grande Covián de la ciudad de Zaragoza. En el centro encontramos un ambiente muy predispuesto al desarrollo actividades didácticas musicales, por lo que el ambiente para la realización del trabajo ha sido favorable.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Se ha realizado una revisión de documentos académicos, como tesis, artículos, etc. que estudian el coro como actividad socioemocional y musical durante la etapa de la educación secundaria. Principalmente se ha atendido a los beneficios sociales y emocionales que aportan. Además, se han considerado los beneficios físicos que la práctica coral les proporciona. Por último, se ha tratado cómo favorece a su vida académica.

2.1. El coro en la educación secundaria obligatoria

Al buscar investigaciones sobre las actividades corales en secundaria en España comprobamos que no disponemos de gran cantidad de estudios que traten temas relacionados ni con las propias agrupaciones ni con los beneficios que aportan en sus componentes.

Sin embargo, esta misma búsqueda da resultados distintos si se enfoca a diferentes países de Europa, que tienen una cantidad superior de estudios sobre el tema. El estudio del coro en secundaria, así como las consecuencias de esta actividad, se encuentra poco desarrollado. Ha sido en la última década cuando han surgido artículos e investigaciones académicas sobre los coros, y nos proporcionan una visión general de la actividad coral y sus diferentes repercusiones.

Entre los autores que encontramos en España, destaca Elorriaga (2011). El autor pone el foco en aspectos físicos del aparato fonador de los adolescentes, como la muda de la voz y la continuación del canto en esta fase adolescente. Además, trata el coro desde otros puntos de vista, como la práctica coral dentro de la asignatura de música, sesiones de trabajo con grupos experimentales, educación a través del canto colectivo, o la construcción de la identidad masculina en la adolescencia a través del canto.

Podemos destacar también a De la Calle (2014), que estudia la motivación en niños y adolescentes desarrollada por la participación en coros escolares. Centra el proceso de estudio en elementos técnicos musicales, como la incidencia de nuevas tecnologías en la educación musical, la preparación de la voz, la dinámica de los ensayos o la lectura musical.

Otra autora relevante en el tema sería Fernández Herranz (2013). Es uno de los pocos casos en los que podemos ver un estudio sobre la contribución de la agrupación coral al bienestar de las personas. Fernández trata principalmente percepciones de los propios cantores para tratar el concepto de bienestar y sus ramificaciones y distintas concepciones, aunque es cierto que su estudio no solo va dirigido a coros de adolescentes.

Estamos de acuerdo con Elorriaga (2011) cuando afirma que existen más bien pocos proyectos corales oficiales para adolescentes en España, porque las condiciones humanas y la predisposición de los estudiantes no son las mejores para llevar a cabo actividades corales. Como afirma Freer (2010): “para muchos de estos jóvenes, el cambio de voz se acompaña de una autoestima musical negativa y/o por cierta vergüenza al cantar” (p.34).

Uno de los temas que más preocupa en la adolescencia masculina en relación con el canto es la muda de la voz. Cooksey (1992) estableció seis fases o etapas de la voz masculina: voz blanca, mediavoz 1, mediavoz 2, mediavoz 2ª, nuevo barítono y barítono joven. El cantante pasa desde una tesitura aguda comprendida entre el do 3 y el fa 4, a cantar una tesitura grave comprendida entre el sol 1 y el sol sostenido 2. Como podemos ver es un tema preocupante que no hace nada fácil el trabajo de los coros cuando sus componentes masculinos se encuentran en esta fase de cambio. Además, no solo el registro se ve afectado, si no que se pierde de forma general el brillo, la intensidad, la plenitud y la redondez (Cooksey, 1992). En cuanto a la voz femenina no parece que se haya descubierto un proceso de cambio tan brusco como el masculino, sin embargo, se puede apreciar que tiende a un timbre de mayor calidez y opacidad que la de una niña (Elorriaga, 2011). El signo más representativo de la muda de la voz femenina para Gackle (1991) es la aparición de características de disfonía transitoria como la imprecisión para afinar, la aspereza en el color de la voz o el incremento de aire en la emisión entre otras.

2.1.1. Contexto legislativo

Tomaremos como referencia la normativa vigente de educación, la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). Así como el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato que queda desarrollado en la ORDEN ECD/489/2016 de 26 de mayo por la que se aprueba el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón y en la ORDEN ECD/494/2016, de 26 de mayo, por la

que se aprueba el currículo del Bachillerato y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

En estas leyes y órdenes no se hace referencia de forma específica a una actividad coral concreta en las aulas de secundaria. Si se hace, como contenidos, la interpretación vocal en grupos. Trata el valor incuestionable de la música en la educación y todas las influencias en el desarrollo integral de las personas, aplicables por supuesto a la actividad coral. Se puede leer concretamente:

La música, como bien cultural y como lenguaje y medio de comunicación no verbal, constituye un elemento de valor incuestionable en la vida de las personas; pero además la educación musical tiene gran influencia en el desarrollo integral de los individuos: interviene en su formación emocional e intelectual; fomenta el desarrollo de la percepción, la sensibilidad estética y la expresión creativa. Al ser una manifestación de todas las sociedades conocidas y con un gran componente socializador, su conocimiento, como manifestación cultural e histórica, afianza una postura abierta, reflexiva y crítica ante el mundo. (...)

El estudiante mejora sus habilidades de cooperación y trabajo en equipo al asumir diferentes roles para poder interpretar música en conjunto. (...) Asimismo, la práctica musical mejora la memoria, la concentración, la psicomotricidad, el manejo de emociones, la autoestima y la habilidad para enfrentarse a un público. La música potencia igualmente el desarrollo de capacidades como la comunicación oral y escrita, el pensamiento matemático o el conocimiento tecnológico y científico, que ayudan a la adquisición de todas y cada una de las competencias clave, trascendiendo las habilidades propias de la competencia de conciencia y expresión cultural.

Como podemos ver son ideas aplicables a la actividad coral por ser una actividad musical.

Además de esta normativa, en la Comunidad Autónoma encontramos la ORDEN ECD/1165/2018, de 18 de junio, por la que se convoca el programa “Coros Escolares” en centros docentes públicos y privados concertados no universitarios de enseñanzas de régimen general de la Comunidad Autónoma de Aragón durante el curso 2018-2019.

El programa se puso en práctica por primera vez con carácter experimental en Centros Públicos de educación Infantil y Primaria en Aragón en el curso 2006 – 2007. Desde entonces como dice la propia orden el programa ‘se ha consolidado, configurándose como el mecanismo adecuado para la consecución de los objetivos que se habían propuesto y extendiéndose a toda la geografía autonómica, con un incremento sostenido de los centros participantes’.

Se trata de un programa gratuito y voluntario que sirve de complemento a la educación musical del aula. El programa pretende colaborar con la formación continua del profesorado en educación de la voz y dirección coral. Los coordinadores del programa apoyan a los directores en los ‘aspectos necesarios’. Además, el Departamento de Educación, Cultura y Deporte organiza durante el curso actividades o encuentros con los coros de los centros participantes.

De manera paralela a este programa se ha podido saber que otros centros llevan a cabo una actividad coral de forma autónoma.

2.2. Los beneficios de cantar en un coro

El coro como actividad tiene una serie de beneficios que trataremos de explicar a continuación; y el aporte de estos beneficios al desarrollo de los adolescentes es un motivo por el que se podría considerar que es una gran actividad educativa.

Si entramos de lleno en el campo del bienestar del individuo y de cuáles podrían ser los beneficios de participar activamente en un coro, nos encontramos con que el bienestar en ocasiones se entiende como algo multidireccional (Fernández Herranz, 2013): bienestar subjetivo, haciendo referencia a las percepciones de las personas sobre su propia vida y la satisfacción que esto le aporta; bienestar psicológico (Keyes, 1998), relacionado con una evaluación positiva de la propia persona en ese momento y de momentos pasados de su vida; y el bienestar social, entendido como el disfrute de las propias circunstancias sociales y del funcionamiento de la sociedad.

Entendiendo esta visión ‘polifónica’ del bienestar, podemos determinar que desde el canto coral se pueden establecer vínculos a todas estas formas de bienestar (Fernández Herranz, 2013).

De una forma similar Dols Salas (2012) entiende que los beneficios se manifiestan en un doble sentido, tanto personal como colectivo. Idea con la que estamos de acuerdo y que también comparten Fernández Herranz (2013) y Barbosa (2014).

El conocimiento de los beneficios del coro nos lleva a entender esta actividad como un medio o herramienta que ayuda a sus componentes a alcanzar dichos beneficios; es decir, la utilización del coro siendo conscientes de su utilidad. En este punto encontramos a Coffman (2008), que propone, a través de un estudio, razones concretas que llevan a las personas a la participación en un grupo coral en su vida. Entre estas razones podemos encontrar motivaciones personales como la búsqueda de auto mejora, motivaciones musicales puras, o motivaciones sociales, ya sea sentirse parte de un grupo o colectivo, conocer gente, o practicar una actividad con sus amigos en grupo. Estas razones se entienden de forma entrelazada, complementándose entre ellas para aportar beneficios a la persona y mejorar su bienestar.

Estos beneficios que conllevan un bienestar pueden ser clasificados de forma general en: físicos, académicos, sociales y emocionales. Estas son las categorías que se van a tratar en esta fundamentación teórica.

2.2.1. Beneficios sociales

A la hora de cantar en coro, uno de los elementos en el que gran parte de estudios coinciden es en su valor inclusivo. Si nos fijamos en la característica fundamental del coro, que es realizar una actividad en conjunto, podría decirse que ya solo por estar en un grupo, proporciona una sensación mejorada de la inclusión social. El coro es una agrupación musical, por lo que se entiende que las cuestiones que justifican formar parte de uno son puramente musicales. Partiendo de esto, el coro es un grupo que puede incluir a cualquier persona que cumpla, en principio, unas aptitudes musicales, dejando de lado cualquier característica personal como el sexo, el género, la edad, la cultura, la etnia o la orientación sexual.

El coro se nutre de personas, y por lo tanto de diversidad. Entendiendo el coro como una actividad educativa, formaría parte de una forma específica de atender la diversidad que consiste según Muntaner (2010) en: ‘reconocer, admitir y aceptar las diferencias humanas, como un hecho natural e inevitable con el que debemos aprender a convivir en las aulas y los centros educativos’ (p.5).

La materia básica y principal del coro es la voz cantada. La voz puede interpretar prácticamente cualquier estilo y género musical, por lo que también favorece la integración en el coro de un amplio abanico de repertorio (Pérez-Aldeguer, 2014). Esto afecta a la inclusión social en cuanto que la música es un elemento identificador de comunidades y grupos sociales; por lo que todos los componentes pueden verse reflejado de forma socio musical en el repertorio que canten.

El coro definitivamente puede ser un ejemplo claro de inclusión, a través del cual los estudiantes aumentan su participación en la educación, la cultura y la comunidad (Balsera, López, Nadal y Fernández, 2018).

Además de la inclusión, tenemos que añadir la cohesión. Todas las personas de un coro van a trabajar de forma conjunta para conseguir un objetivo común, lo que une más al grupo, y crea una identidad común. Existen muestras claras, como podemos ver en el estudio de caso de Jeannotte (2003), de cómo afecta a una buena cohesión la participación en coro y en otras actividades artísticas. El desarrollo de estas actividades afecta de forma muy positiva, acerca a la gente entre sí; esto no solo se refiere a que los une dentro de una agrupación, que tendría que ver más con la inclusión, sino que, dentro del propio grupo, las personas se asocian, se desarrolla el entendimiento intercultural.

Se añade también otra de las características fundamentales de los coros: la igualdad entre sus componentes. La agrupación coral se basa en una relación no jerárquica entre los componentes, que deben comprender que todos y cada uno de ellos se encuentra en la misma posición de importancia.

Esto nos puede llevar a la cooperación. La actividad grupal favorece que el componente del coro aprenda a trabajar con, y no contra, otros compañeros, a tolerar errores de otros al igual que él o ella los pueda tener, y a trabajar en conjunto para solucionarlos sin evidenciar que un componente falla y otro no.

La cooperación, en opinión de Lomasky (2002), es un bien que se va creando en grupos en los que su actividad se desarrolla cara a cara, y que, además, estas actividades son valiosas porque ayudan a generar confianza social. Por la propia definición del coro en cuanto a que es una agrupación de personas que cantan simultáneamente, es imposible que no se desarrolle cara a cara, por lo que las relaciones que se crean “fomentan la cooperación entre los individuos, estimulan la atención sobre asuntos comunes, generan

relaciones de igualdad y confianza, solidaridad y tolerancia” (Fernández Herranz, 2013, p.98).

Finalmente, todos los conceptos tratados en cuanto a los beneficios sociales se dirigen a la adquisición de la competencia social.

La competencia social es fundamental en el ser humano, y los entornos escolares pueden ser perfectamente favorecedores de esta, ya que son pequeñas sociedades donde los estudiantes tienen que establecer distintos tipos de relaciones para convivir. Desde los ámbitos educativos la convivencia se valora en función de tres elementos según Fierro, Tapia, Fortoul, Martínez-Parente, Macouzet y Muñoz-Ledo (2016), que son la inclusión, la democracia y la paz. Estos elementos se pueden extender al coro según hemos visto al tratar la inclusión, la igualdad de todos los componentes y la búsqueda de igualdad, cohesión y cooperación, por lo que podría decirse que la participación en el coro ayuda a la adquisición de la competencia social.

Con el canto coral contribuimos a la mejora de la convivencia entre quienes participan en estos grupos (Hampshire y Mathijsse, 2010). Además, nos apoyamos en la idea de Lenger (2013) que defiende que el coro es y ha sido un ámbito socio – emocional muy potente, pudiendo ser lugar para un desarrollo de encuentros y convivencia que contribuyen a la inclusión y el bienestar social de sus integrantes. Cantar en un coro también contribuye a compartir, escuchar, organizarse y respetarse de manera natural, como defiende Ferrer (2011).

Por estos motivos el coro puede ser el ejemplo perfecto para adquirir actitudes y valores democráticos, tales como el respeto, la solidaridad, la cooperación, en un ámbito en el que están a gusto con ellos mismos y con los demás (Narain, 2017).

2.2.2. Beneficios emocionales

Los beneficios emocionales son tratados en numerosos estudios con un vínculo directo con lo psicológico. Según Welch (2017) elementos importantes en los que interviene el canto, y que nos aportan beneficios psicológicos y emocionales: la comunicación intrapersonal y la creación de identidad emocional.

En primer lugar, afecta a la comunicación intrapersonal, y con ello al desarrollo de la identidad individual, que nos crea emociones y sentimientos de seguridad personal. Welch lo relaciona también con el uso saludable de la voz, que junto con la confianza en la actividad que se realiza conllevan a una buena autoconcepción a tener la seguridad de

ser capaces de comunicarse de forma autónoma. La voz es un componente de nuestra identidad, de lo que somos, y de lo que sentimos que somos, y refleja nuestro estado de ánimo. El reflejo de nuestro estado de ánimo en el canto nos lleva al segundo elemento psico-emocional: la catarsis.

En este segundo elemento, Welch explica que con el uso de la voz estamos expresando parte de nuestra propia identidad, y por lo tanto nuestros sentimientos florecen, se hacen evidentes. Los sentimientos reprimidos provocan angustia y malestar, y el hecho de poder exteriorizarlos nos puede permitir sentirnos mejor con nosotros mismos y con todo aquello que nos rodea. Una de las dudas que se pueden plantear es por qué parece existir tanto vínculo entre la expresión vocal y la actividad emocional; pues bien, en esta investigación lo que se explica es que los humanos estamos conectados desde antes de nacer con la escucha de la voz, aun en periodo de gestación ya estamos recibiendo sonidos de voces y es uno de los muy pocos estímulos externos que nos llegan, por eso se plantea que está tan entrelazada con las emociones como puede ser la tristeza o la alegría.

En relación con los beneficios emocionales y el bienestar psicológico, Ryff y Keyes (1995) proponen otro tipo de dimensiones que podemos relacionar con la práctica coral. Entre ellas podemos considerar la auto aceptación; los adolescentes pueden aprender a través del coro a ser consciente de sus propias limitaciones y aun así sentir su crecimiento y desarrollo, consiguiendo sentirse bien consigo mismas. Encontramos también la dimensión del propósito en la vida, crear metas y trabajar por objetivos que les permiten dotar de sentido a su propia vida.

En relación al sentido de crecimiento y al bienestar emocional que conlleva es importante que se vea relacionado de alguna forma con la actividad precisa que se realiza en el coro. En este sentido entra en juego la creatividad, la capacidad creativa que ayuda a proporcionar ese sentimiento de desarrollo, y esto es un elemento propio de cualquier individuo, y que además puede ser desarrollado como cualquier capacidad (Balsera, 2018).

Retomando el aspecto igualitario del coro que hemos tratado antes, podemos establecer una relación directa, casi como una consecuencia, a los beneficios emocionales. En el coro, donde cada miembro es igual de importante que otro, el trabajo en equipo es fundamental desde el punto de vista afectivo, pues crea en los miembros más autoestima y solidaridad (Balsera *et al.*, 2018).

Uno de los ejemplos que demuestran los beneficios emocionales, entre otros, de la participación en coros es el proyecto The Homless Choir, y la investigación posterior de Clift y Hancox (2010). El proyecto consistía en un coro para personas indigentes, sin techo, y en la investigación en base a las respuestas de los componentes se concluye que cantar en grupo les hacía sentir menos depresión, más valor personal, desarrollo mental y trabajo de la concentración. Se entiende con este que el trabajo en el coro es una ayuda para favorecer emociones positivas entre sus componentes.

2.2.3. Beneficios físicos

Cuando pensamos en cantar, solemos tener una idea superficial de lo que conlleva esta actividad. Al cantar estamos utilizando elementos fisiológicos principalmente de dos sistemas: respiratorio y fonador, además de todos los elementos de articulación que intervienen para modificar el sonido. El canto se nutre por tanto de la utilización de mecanismos internos corporales de los que en la mayoría de ocasiones no somos conscientes.

Para Welch (2017), podemos separar los beneficios físicos en tres subcategorías fundamentales: los cardiovasculares y respiratorio, los motores y los neurológicos. En primer lugar, encontramos los beneficios que afectan a las funciones cardíacas y respiratorias; al fin y al cabo, cantar es una actividad física aeróbica, por lo que su práctica ejercita el sistema cardiovascular y por lo tanto lo hace mejora en su funcionamiento, y como consecuencia beneficia a la salud en general. Esta actividad aeróbica, además, supone un incremento en la oxigenación de la sangre lo cual también es un beneficio. En cuanto al sistema respiratorio debemos recordar que el canto es una actividad física, aun estando quietos o sentados. Cantar implica una actividad profundamente dinámica de elementos abdominales, pulmonares y musculares, que necesitan de un trabajo continuado del sistema respiratorio.

Hay que tener en cuenta también que cualquier mejora en el aparato respiratorio conlleva un mayor control de los procesos conscientes de respiración. Estos procesos pueden ser utilizados en ejercicios y terapias relajantes para modular el estrés, controlar el propio cuerpo, momentos de ansiedad o nervios, lo que es de gran utilidad. Boardman (1996) propone incluso ejercicios para trabajar la respiración cuyo objetivo es, entre otros, desarrollar la conciencia corporal y conseguir un coro concentrado y cohesionado.

En segundo lugar, siguiendo con Welch (2017) encontramos beneficios en el desarrollo motor. Cuanto más se use de forma apropiada el aparato fonador, más alcanzaremos nuestro potencial en crecimiento y coordinación tanto de forma psicológica como anatómica. Y, en tercer lugar, podemos concretar beneficios que favorecen al funcionamiento neurológico. Esta actividad, como muchas otras musicales, necesita procesos neurológicos multi-locales, es decir, en red a través de muchas áreas cerebrales que se interconectan para llevar a cabo distintas actividades. En el caso de la música, los procesos son variados y se produce interacción entre todas aquellas que están dedicadas a la diferenciación de tono, timbre, ritmo, lenguaje musical, lenguaje textual, motricidad, comprensión de imágenes y expresión de emociones. Esto hace que el cantante desarrolle una actividad neurológica saludable.

Otro de los beneficios físicos tiene que ver con los elementos posturales en el canto, muy relevantes en la adolescencia, ya que se les proporciona hábitos saludables a los alumnos. El cuerpo es el recipiente de la voz (Bosom, 2010) de forma que la actitud corporal es determinante para potenciar una interpretación eficaz y proyectada. La autora considera que el trabajo de conciencia corporal tiene que realizarse a través de un equilibrio entre la tonicidad, la relajación natural y la sencillez en el canto.

2.2.4. Beneficios académicos

La actividad coral tiene beneficios en cuanto a la vida académica de los estudiantes, sin ir más lejos la práctica musical en sí es una metodología activa interesante que afecta al resto de procesos académicos.

La música es un elemento de gran importancia para el desarrollo de las capacidades de los alumnos. En este campo podemos hacer referencia a uno de los pedagogos musicales por excelencia: Kodály. Según Zuleta (2005), Kodály defendía que parte del placer que proporciona el canto coral se deriva del esfuerzo de conseguir buena música de forma colectiva. A través de este argumento extraemos tanto: beneficios académicos, por el objetivo de la creación de un ejercicio artística; y beneficios sociales, por tratarse de una creación colectiva, una actividad en la que son necesarias ciertas relaciones.

En cuanto a los beneficios académicos hay estudios como podemos ver en el estudio del Profesor Welch (2017), que comprueban que las actividades relacionadas con el canto y los niños y adolescentes. El principal beneficio que se muestra es el incremento del

conocimiento gracias a un progreso en la capacidad de comprensión de elementos pertenecientes a disciplinas musicales y por supuesto más allá de la música. También se observa que aquellos estudiantes que participan en actividades de canto son más competentes por haber adquirido mayor habilidad en la utilización del lenguaje y en la comprensión lectora. Además, se justifica que esta conexión entre lectura y la comprensión está íntimamente relacionada con la coordinación que se adquiere en las actividades de canto al tener que realizar una lectura de melodías y de letras de forma simultánea.

Otra de las competencias que refuerzan estas actividades es la cultural; los niños y adolescentes que participan muestran un desarrollo de en la valoración y comprensión de otras culturas (Fucci, 2007). Está claro que la música es un lenguaje universal y por esto, todas las culturas que conocemos a lo largo de la historia y en la actualidad se refuerzan con actividades musicales y corales, que dan como resultado una cantidad repertorio de multicultural. Los coros se nutren de obras en distintos lenguajes y los componentes comprenden que todas las manifestaciones artísticas son igual de válidas, independientemente de su cultura e idioma.

La Asociación Americana de Psicología ha llevado a cabo recientemente un estudio que relaciona directamente la participación musical en la escuela y los logros académicos. En este estudio (Guhn, Emerson y Gouzouasis, 2019) han participado más de cien mil alumnos de Secundaria, de los cuales, el 13% tenían relación directa con la música. Este estudio concluye que los alumnos que habían participado en bandas o coros, habían obtenido resultados académicos mucho mejores que los no músicos. Se afirma además que las habilidades de coordinación, escucha y trabajo en equipo se desarrollan de forma natural con la música y que conlleva una mejora de las capacidades cognitivas de los alumnos.

El bienestar que pueden provocar los beneficios físicos, emocionales, sociales y académicos, hacen del canto coral una de las actividades más positivas para la buena forma de las personas.

3. PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN

En nuestra propuesta se plantea un estudio de caso con el objetivo de saber cómo repercute sobre estudiantes de Secundaria y Bachillerato participar en un coro. El estudio de caso nos ayuda a comprender un tema general, en este caso los beneficios sobre las personas de la actividad coral, a través de la implicación en el contexto, ya que facilita una descripción adecuada de la realidad que se presenta (Imbernón, 2002).

En base a la revisión teórica y a los principios obtenidos de ella, nos proponemos determinar si en un coro concreto se dan los diferentes beneficios tratados. Se han utilizado diferentes herramientas para obtener datos y posteriormente se han analizado para extraer las conclusiones.

El estudio se ha realizado en el coro del IES Grande Covián de Zaragoza. Este grupo cuenta con un total de 50 componentes entre alumnos y alumnas del instituto, y realiza un ensayo a la semana, además de distintos conciertos a lo largo del curso.

3.1. Objetivos

Podríamos establecer un objetivo general:

- Examinar y valorar qué beneficios tiene la participación de alumnos en un coro de un centro de secundaria sobre los propios participantes.

En el proceso de alcanzar este objetivo general serán necesarios alcanzar los siguientes objetivos específicos:

- Conocer el contexto social educativo del coro y sus participantes en el centro escolar.
- Percibir el grado de motivación y participación en el coro de sus componentes.
- Descubrir su opinión y conformidad con la actividad.
- Examinar si la participación en el coro mejora el ámbito social entre sus componentes y con respecto al resto del centro.
- Averiguar si la participación en el coro ayuda en el desarrollo personal emocional.
- Conocer el grado de conocimiento sobre los beneficios académicos y físicos que aporta la participación en el coro sobre sí mismos.

3.2. Diseño metodológico

Para llevar a cabo este estudio y cumplir con los objetivos propuestos se ha planificado el trabajo en tres fases.

En la fase primera se ha realizado una revisión teórica a través de distintos autores sobre los beneficios que la participación en un coro puede aportar a sus componentes. Para ello se ha consultado en diferentes bases de datos: Web of Science, Scopus, Google Académico, ProQuest Education Journals, TESEO, AlcorZe, TDR-TDX y Dialnet. Esta revisión teórica, además de fundamentar y justificar la importancia del estudio del coro y sus beneficios, ha servido para plantear y diseñar la propia investigación, así como las herramientas que explicaremos. En esta primera fase también se llevó a cabo un primer contacto tanto con el coro, como con la directora y el centro educativo. En este encuentro se planteó la posibilidad de llevar a cabo la investigación y se pudo ver el trabajo del grupo, así como a sus componentes, los participantes de este estudio.

En la segunda fase pasamos al desarrollo del estudio de caso. Se ha realizado una observación directa en el centro educativo a lo largo de cuatro meses durante los ensayos del coro que tenían lugar una vez a la semana. Además, se ha podido asistir a clases de música en las que había alumnos que participaban en el coro y otros que no, para conocer su contexto académico y social. Durante esta fase también han tenido lugar distintas entrevistas tanto con la directora, como con alumnos del centro, participantes del coro y no participantes y con distintos profesores. Por último, en base a la fundamentación teórica y a lo que se estaba observando se diseñó el cuestionario, que fue respondido por los participantes a través de la plataforma ‘Google Forms’.

Por último, una tercera fase en la que se han estudiado y analizado todos los datos obtenidos en base a las distintas herramientas, para poder extraer las conclusiones.

3.2.1. Participantes

Como hemos dicho, los participantes de este estudio son los componentes del coro de Instituto de Educación Secundaria Francisco Grande Covián de Zaragoza. El número de componentes no es el mismo a lo largo del curso, ya que se va alterando en función de los intereses de los propios alumnos. Tomaremos como referencia el número de componentes que han acabado el curso en el coro, que son cincuenta. La observación se ha realizado teniendo en cuenta a todos los alumnos que han formado parte desde enero hasta mayo. La encuesta fue lanzada a los cincuenta y contestada por treinta y cinco.

Los participantes del coro pertenecen a todos los cursos tanto de secundaria como de bachillerato. El coro existe en este centro desde sus inicios, hace treinta años, y es dirigido por la directora actual desde el curso 1998 – 1999, siendo este, por lo tanto, el vigésimo segundo año en el que está a cargo de la misma persona.

3.2.2. Herramientas

- Cuestionario

En base principalmente a la revisión teórica y a los aspectos fundamentales que distintos autores concluyen sobre los beneficios sociales y emocionales, se ha diseñado un cuestionario (Anexo I) que los participantes han cumplimentado.

El cuestionario consta de 4 secciones. En la primera de ellas se recopilan los datos objetivos de los alumnos tales como el género, el curso, la edad o la participación en otras agrupaciones musicales. Nos servirá para conocer principalmente cómo las percepciones pueden ir cambiando en función del género, la edad y curso de los componentes.

En la segunda sección se recogen percepciones personales de los propios componentes, en relación a sus emociones, a su motivación y a beneficios físicos. En cuanto a la percepción emocional se pretende estudiar la percepción de los estudiantes sobre cómo la actividad coral repercute en sí mismos, así como preguntas generales para hacer una comparación entre su vida fuera del coro y dentro de él. La motivación se estudia para conocer cuál es el grado de implicación del grupo, y sobre todo para estudiar si hay un impulso de querer mejorar la agrupación. La última parte se conforma de preguntas sobre los beneficios físicos en cuanto a la postura corporal, la utilización del aparato fonador y la respiración.

En la tercera sección se recoge la información sobre la socialización en el coro, tanto intra-grupal, en el primer sub-apartado, como intergrupales en relación con el centro en el segundo sub-apartado. En el primero, se busca conocer qué grado de relaciones en cuanto a proximidad hay en el coro, si se han creado antes o después de formar parte de él, si sienten que es una herramienta socializadora, y si entienden la necesidad de cohesión para conseguir resultados. El segundo trata las relaciones del coro con el resto del centro, centrándose en la valoración externa, y también en las repercusiones sobre las relaciones de los componentes del coro con otros grupos externos.

Por último, en la cuarta sección, se intenta que el alumno se aproxime a las repercusiones del coro en su vida académica. Como hemos dicho, la extensión temporal de la que

disponemos para el trabajo no nos permite realizar un estudio longitudinal para comprobar las repercusiones académicas, puesto que solo se ha podido trabajar durante un trimestre escolar.

Las preguntas varían en cuanto a su forma de responder. De forma mayoritaria tenemos la opción de respuesta basada en la escala Likert, en la que se puede puntuar de 0 a 5, donde 0 es ‘Totalmente en desacuerdo’ y 5 ‘Totalmente de acuerdo’, ya que nos permite medir el grado de percepción del encuestado. Mientras que otras más objetivas se han establecido como preguntas dicotómicas entre sí/no. En algunos casos se ha querido un grado más de especificidad y tras una pregunta cerrada se ha dado la opción a una breve respuesta abierta.

El cuestionario ha pasado la validación de tres jueces externos a esta investigación y se realizaron las modificaciones oportunas. Los jueces eran expertos en los tres grandes temas con los que tiene relación el estudio: un experto en educación emocional y música, un experto en educación y pedagogía musical, y un experto en educación secundaria de música y dirección de coro escolar.

El envío a los componentes del coro se realiza mediante un mensaje al grupo de ‘WhatsApp’ del coro. El mensaje contiene un enlace que les lleva directamente al cuestionario en ‘google forms’. Por cuestiones legales, no se me pudo facilitar la dirección de correo electrónico de todos los componentes.

Se han recogido un total de 35 muestras de los 50 componentes que tiene el coro.

- Observación

Se ha llevado a cabo una observación directa del grupo de estudio. Tal y como indica Zapata (2005): ‘‘Se entienden por técnicas de observación los procedimientos que utiliza el investigador para presenciar directamente el fenómeno que estudia (...) sin modificarlo’’ (p. 145). La observación se ha realizado poniendo la atención en los aspectos del cuestionario sobre socialización, ya que, a diferencia de las percepciones emocionales, son elementos externos que se pueden apreciar.

Además, se ha podido tener contacto directo con los participantes, para una aproximación más cercana. Durante este proceso se han tenido conversaciones abiertas con los estudiantes en las que se han podido tratar aspectos que nos han parecido relevantes para la triangulación de datos.

- Entrevistas con la directora y profesores

Durante el proceso de observación se ha estado en contacto permanente con la directora del coro. La directora es además jefa del departamento de Música del centro y, por tanto, profesora de música de gran parte de los componentes de coro. Muchos de ellos llevan en el coro y siendo sus alumnos varios años, por lo que tiene un alto grado de conocimiento tanto sobre el grupo, como sobre los propios alumnos y alumnas.

A la hora de diseñar la investigación, sobre todo para enfocar la observación, se han tenido conversaciones y entrevistas abiertas con la directora para intentar llegar a un mayor grado de conocimiento sobre el funcionamiento del grupo, los procesos de ensayos, conciertos, y sobre su propia percepción de las relaciones dentro del propio coro.

Además, se han tenido entrevistas abiertas con gran parte de los profesores del centro a través de las que se ha obtenido un conocimiento más cercano del contexto educativo y social del centro que nos ha ayudado a la hora de extraer conclusiones.

A través de los resultados obtenidos con estas tres herramientas, se ha llevado a cabo una triangulación de los datos para obtener conclusiones más certeras.

4. RESULTADOS DE LA RECOGIDA DE DATOS

4.1 Resultados de ‘Datos’

Haremos referencia a las preguntas según su número, y pueden ser comprobadas en los anexos I y II.

Cómo podemos ver, las preguntas 1 y 2 (Anexo I) son de carácter opcional, ya que es muy posible que el hecho de tener que identificarse pueda alterar la respuesta real de las preguntas. Sin embargo, se ha decidido dar la posibilidad a quien quisiese de nombrarse y poner una forma de contacto (pregunta 2). De 35 muestras, 25 han sido obtenidas con nombres de alumnos, que no se muestran en este trabajo por una cuestión de privacidad de los propios alumnos.

En relación al género de los participantes en el coro encontramos una cifra muy elevada de mujeres con respecto a los hombres. En esta muestra participan 29 mujeres, 5 hombres, y un componente que se identifica como ‘no binario’. Esto implica, tal y como podemos ver en el gráfico de la pregunta 3, que casi un 83% de los componentes son mujeres, mientras que el 14’3 son los hombres, y un 2’9% sería el porcentaje que corresponde al componente de género no binario.

Estos componentes se encuentran distribuidos en los cuatro cursos de Secundaria y los dos de Bachillerato. Encontramos que solo 8 de los componentes cursan Bachillerato, mientras que el resto se encuentra en Secundaria. La cifra más alta de participación por curso la encontramos en 4º de la ESO (22’9%), y la más baja en 1º (11’4) y 2º (11’4) de Bachillerato. Estos participantes se encuentran por lo tanto en un rango de edad desde los 12 hasta los 18. Como podemos ver en la gráfica de la pregunta 5, el grupo mayoritario de edad corresponde a los 14 años, seguido por los 16 años. Esto se encuentra en relación con los cursos en los que más participación encontrábamos en la pregunta 4.

En cuanto a las cuerdas (pregunta 6), encontramos un equilibrio entre las voces femeninas; ya que 16 de las participantes son soprano y 15 son contralto. En cuanto a la voz masculina encontramos 4 miembros.

De estos 35 miembros del coro, solo 3 participan o han participado en otra agrupación coral distinta (pregunta 7). Entre estas 3 personas podemos ver (respuestas a la pregunta 8) los diferentes coros en los que cantan como un coro de la comunidad rumana, el coro de un Colegio del mismo barrio que nuestro IES, y el Coro del Conservatorio Profesional de Música de Zaragoza.

Sin embargo, podemos ver en las respuestas a las preguntas 9 y 10, que un mayor número de alumnos o bien recibe clases de música extraescolares, o bien participa en otras agrupaciones no corales. Entre las respuestas podemos ver que 3 de los miembros estudian en los Conservatorios de Zaragoza, seis personas reciben clases particulares de algún instrumento, una persona es componente de una banda, y otros tres forman parte de otros grupos musicales no tipificados en el cuestionario.

4.2. Resultados sobre las percepciones personales

4.2.1. Percepciones emocionales

Los resultados a la pregunta 11 plantean claramente que gran parte de los participantes sienten un alto grado de satisfacción general con su vida, muy similar a los de la pregunta 12, en la que la que más de un 75% se sitúa en una respuesta afirmativa sobre la relación entre el canto y su desarrollo personal.

Siguiendo la línea del canto y el interior de cada persona, la pregunta 13, que un 68'6% se sitúa entre las puntuaciones más altas, refiriéndose a que cuando cantan son conscientes de lo que sienten en cada momento; nadie está en total desacuerdo con esta afirmación. No solo son conscientes de sus sentimientos, sino que también encontramos un gran grupo que puede expresar esas emociones a través del canto, más de la mitad se sitúan en la puntuación más alta de esta gráfica (ver anexo II, pregunta 14).

Sobre las consecuencias emocionales de la participación en el coro, de nuevo encontramos que la gran mayoría se sitúa en mayor o menor medida en respuestas que confirman las afirmaciones sobre los beneficios positivos que les provocan. En las respuestas a la pregunta 15, podemos ver que todos excepto una persona sienten que están más contentos después de realizar actividades con el coro y que pertenecer al coro les proporciona sentimientos de orgullo.

4.2.2. Motivación

En este apartado podemos ver que la satisfacción general con el coro es muy positiva, tan solo una persona no puntúa con una valoración positiva, sino que se sitúa en un 2 sobre 5. Estas respuestas tienen relación directa con las obtenidas en la pregunta 18 (anexo II), ya que coincide de forma bastante similar la satisfacción con el coro con la asistencia regular a los ensayos. Un 57'1% de los encuestados están totalmente de acuerdo en que asisten con regularidad.

En cuanto a los elementos que les llevan a estar motivados en el coro encontramos que el trabajo de la directora es un factor fundamental para el grueso del coro, un 74% está totalmente de acuerdo con la afirmación y solo una persona puntúa en desacuerdo.

En la pregunta 20 solo se han recogido 8 respuestas abiertas sobre lo que más les gusta de participar en el coro, ya que, debido a un problema informático, el resto de respuestas se han recogido en base a la escala Lickert. Entre estas ocho respuestas encontramos referencias al repertorio, la socialización, las emociones, y a lo musical en sí. Tres de los elementos tienen que ver con la socialización:

“(…) y conocer gente”, “Hay muy buen ambiente”, “Conocer gente y ambientes nuevos.”

En la pregunta 21, en la que se propone hacer cambios para un mejor funcionamiento solo encontramos dos propuestas: la división del coro más a menudo para ensayar y cambiar el horario.

En cuanto a la motivación que les produce el repertorio también parece que la mayoría está de acuerdo en que influye, aunque el grupo mayoritario ahora no está en la puntuación más alta sino en un 3 sobre 5. Para tres personas el repertorio no influye en absoluto en su motivación para realizar la actividad.

Encontramos que a más de la mitad de los participantes de la encuesta (57'1%) les gustaría que hubiese más de un ensayo a la semana, y prácticamente todos a excepción de 3 personas, seguirían participando en el coro si no hubiese valoración positiva en la nota de la asignatura de música.

4.2.3. Percepciones físicas

En cuanto a las percepciones físicas tenemos cuatro preguntas. En este ámbito podemos ver que los participantes, en mayor medida, están de acuerdo con que su postura corporal ha mejorado gracias al coro, mientras que un 20% considera que no.

Sobre la utilización de la voz de forma correcta (Ver pregunta 26 del Anexo II), 3 personas (8'7%) consideran que no, mientras que el resto, la mayoría, consideran que aprenden a utilizar la voz. En cuanto a la respiración (ver pregunta 27 del anexo II) podemos ver que más del 85% de los participantes consideran que pueden controlarla mejor gracias a trabajarla en el coro.

Por último, en este apartado, el 88'6% considera que ha aprendido a controlar y relajar su cuerpo (ver pregunta 28 del anexo II) gracias a su trabajo en el coro, mientras que el 11'4% considera que no.

4.3. Resultados sobre la socialización

4.3.1. Resultados sobre socialización intragrupal

Aquí extraeremos los resultados más relevantes sobre las relaciones sociales entre los componentes del grupo que forma el coro. Podemos ver, por ejemplo, que la gran mayoría se apuntó al coro (ver pregunta 29 del anexo II) con una persona conocida, concretamente un 771%, mientras que el resto empezó esta actividad de forma independiente.

En las respuestas para la pregunta 30 podemos ver que de los 35 encuestados, 29 ha construido alguna relación de amistad dentro del grupo, mientras que 6 personas no. Sin embargo, todos ellos dicen estar cómodos con los compañeros. Solo tres de los participantes afirman que ha habido problemas entre los componentes del coro, (ver pregunta 32 del anexo II).

Siguiendo con la relación dentro del grupo, la gran mayoría se ha relacionado con más gente de la solía al estar en el coro, mientras que 4 personas parece que continúan con las mismas relaciones que al entrar. Y podemos comprobar que el hecho de poder relacionarse con gente es uno de los elementos que más les gusta de estar en el coro, concretamente un 85,9% se sitúa entre el 3 y el 5, es decir, estando de acuerdo con la afirmación (ver pregunta 34, anexo II). También encontramos a una gran parte que tiene confianza para hablar de temas personales con compañeros del coro (ver pregunta 35, anexo II), que tiene relación con que cantar en el coro les haga sentirse más conectados entre ellos como considera en mayor o menor medida el 74,3% de los participantes, mientras que el 25'7 no está de acuerdo con esta idea. En los resultados a la pregunta 40 podemos ver que un 77,2% considera que sus compañeros del coro son importantes por lo que les aportan.

Más de la mitad, 51%, están totalmente de acuerdo en que forman parte de un grupo estando en el coro, y solo tres personas, que conformarían un 8'6% están en un leve desacuerdo. Por otra parte, encontramos que tres personas están razonablemente de acuerdo en que fuera del coro, en el instituto, se sienten solas.

En cuanto a la pregunta 37, sobre la unificación de objetivos al trabajar en conjunto, encontramos que un 91'4% sí tiene claros los objetivos propios y grupales al trabajar una obra. Y encontramos incluso una cifra mayor, un 97'1%, que entiende que todo el mundo es imprescindible en el coro para que el trabajo grupal salga adelante (ver pregunta 38, anexo II), habiendo una única persona que está en total desacuerdo con esta forma de entender la agrupación coral. En la línea de apreciar el trabajo de los demás, todos excepto cuatro participantes afirman que en menor o mayor medida sí han aprendido a ser más tolerantes con los errores de sus compañeros cantando en el coro (ver pregunta 39, anexo II).

4.3.2. Resultados sobre socialización intergrupal

En cuanto a las relaciones entre el coro y el resto del centro tenemos cinco preguntas.

El 91'4% de los participantes considera que el coro mejora las relaciones sociales en el centro, entre las respuestas que justifican la afirmación (ver pregunta 44, anexo II), encontramos muchas que hacen referencia exclusiva a lo que el coro reporta como grupo, sin embargo, encontramos una concreta que extiende estos beneficios al resto de compañeros del centro:

“Porque gracias al coro aprendemos valores, como por ejemplo el respeto (cuando alguien canta los demás nos callamos y escuchamos). También nos ayuda a conocer personas de otros cursos con las cuales compartimos gustos musicales o aficiones. Somos como una gran familia que se apoya; y el buen rollo que hay en el coro lo transmitimos a los demás compañeros del centro.”

De forma similar a la pregunta 39, la 45 nos indica que el 94'3% es respetuoso y tolerante con otras personas del centro gracias a su participación en el coro.

También parece que la mayoría, aunque no con tanta claridad que en otros temas, está de acuerdo en que antes de participar en el coro eran más tímidos para relacionarse con los demás.

Y, por último, en cuanto a la percepción sobre la visión de su trabajo por parte del resto de la comunidad educativa de su centro (ver pregunta 47, anexo II), solo tres personas, un 8'8%, están desacuerdo con que exista una valoración positiva, mientras que el 55'9% están totalmente de acuerdo. El resto también está de acuerdo, pero en menor grado.

4.4 Resultados sobre las repercusiones académicas

Como hemos dicho, no se ha dispuesto del tiempo necesario para hacer un estudio longitudinal y comprobar si realmente existen beneficios de participar en el coro sobre la vida académica de los participantes. Por esto, las preguntas van referidas a sus experiencias y opiniones sobre el tema.

En las respuestas a la pregunta 48 (ver anexo II) vemos que una amplia mayoría considera que el hecho de cantar en el coro les despeja para poder estudiar o hacer otras actividades académicas, y encontramos un 28,6% que no está de acuerdo con este beneficio en sus casos personales. Mucho más igualadas están las respuestas sobre el rendimiento académico en base a la participación en el coro (ver pregunta 49, anexo II). En esta pregunta solo una persona está totalmente de acuerdo con la mejora gracias al coro, mientras que el resto se divide entre los distintos grados; en total un 54% de los encuestados está de acuerdo en mayor o menor medida con la mejora.

En cuanto a beneficios sobre materias o competencias concretas encontramos la pregunta 50 (ver anexo II), de la que obtenemos que, en total, el 71% considera que gracias al coro y el repertorio les hace pensar y reflexionar sobre otras culturas e idiomas.

En cuanto a los contenidos de música (ver pregunta 51, anexo II) parece que está claro para todos menos tres personas, que la participación en el coro es beneficiosa. Mientras que, si la pregunta se enfoca a otras materias en general, la respuesta mayoritaria es “no lo sé” con un 54,3%, seguida por que sí ayuda a otras materias con un 31,4%.

Y por último se hace referencia a la capacidad de expresión en clase, en la que un 17,2% considera que el coro no le ayuda, frente al 82,8% que está de acuerdo en que sí ayuda.

5. CONCLUSIONES Y CONSIDERACIONES FINALES

Tras la revisión teórica realizada, se constatan los múltiples beneficios que aporta participar en una agrupación coral. Se ha comprobado que muchos de ellos son consecuencia directa de la actividad musical, y por tanto extensibles a cualquier caso; sin embargo, otros dependen totalmente del contexto del coro, sobre todo en lo social, por lo que no tienen por qué ser beneficios generalizados.

En nuestro contexto, la música, ya sea como asignatura o como actividad general, tiene una valoración claramente positiva por el equipo docente y directivo. Hemos podido comprobar que además del coro de estudiantes, cuentan con un coro de profesores entre los cuales encontramos más de un músico aficionado, que respaldan la actividad de los alumnos acudiendo a sus conciertos. En cuanto a la valoración por parte de los alumnos que no forman parte del coro, parece que no es tan evidente como lo es por parte de los profesores. Sobre todo, son los compañeros y amigos más cercanos de los componentes los que lo apoyan e incluso asisten a algún concierto.

En cuanto a la relación y vínculo entre los cantores con el propio coro como actividad podemos decir que es altamente estrecho. Encontramos un grupo muy satisfecho con la actividad que desarrolla en el coro. Además, podemos concluir que es un grupo realmente comprometido con el proyecto por tres razones. En primer lugar, porque encontramos un alto grado de asistencia a los ensayos. Esto es importante por las circunstancias del ensayo, que se produce al acabar cada semana, los viernes, después de las seis horas obligatorias de clase. En segundo lugar, porque la mayoría de los participantes apuesta porque haya más de un ensayo a la semana. Esto es indicador de que es una actividad que les proporciona mucha satisfacción en distintos sentidos. En tercer y último lugar, hay que tener en cuenta que la participación en el coro aumenta la nota en la asignatura, por lo que podría ser una buenísima razón para participar de esta actividad, sin embargo, prácticamente todos participarían, aunque no se diese esta puntuación extra.

En relación con el grado de motivación también podemos concluir que el trabajo de la directora sobre el coro es un elemento fundamental. Gracias a la observación hemos podido comprobar cómo antes de cada ensayo la directora planifica la sesión y establece los objetivos, y esto hace que el aprendizaje se desarrolle de forma significativa para los alumnos – cantantes. Los componentes se apoyan de una forma evidente en su directora y el grupo realmente está motivado gracias a su trabajo. El repertorio también es un

elemento importante en la motivación de los componentes, pero para ellos la socialización está por encima como motivo.

El grupo que conforma el coro está realizando esta actividad por querer participar de forma concreta en este coro, en este momento y con estos compañeros. No tenemos un grupo especialmente comprometido con la música ni con otro tipo de actividades musicales. De hecho, casi no se han encontrado causas musicales para pertenecer en el coro.

La socialización de este grupo en la actividad coral tiene algunas particularidades. Por un lado, es un grupo en el que la mayoría ha entrado conociendo a alguien que ya formaba parte, o a la vez que alguien con quien ya tenía relación. A pesar de ello encontramos que existen aún más casos de miembros que han establecido relaciones una vez han entrado en el coro, independientemente de si tenían relaciones preexistentes a su incorporación o no.

Es una actividad en la que a los alumnos les cuesta introducirse de forma independiente, y necesitan siempre el apoyo de aquellos a quien conocían. Sin embargo, les resulta muy fácil establecer contactos con el resto de compañeros, ya que al final el objetivo es el mismo y son conscientes de que trabajan juntos con un mismo fin. El grupo se respeta y entiende la necesidad de cada miembro compañero para poder cumplir los objetivos.

Resulta curioso que no hemos encontrado, de forma generalizada, vínculos realmente estrechos que se hayan formado dentro del coro. El ambiente social en el coro es totalmente favorable para cualquier actividad. No encontramos ningún tipo de relación tóxica, competitiva o negativa, sino que todos ellos se sienten cómodos con sus compañeros. El poder relacionarse con los que ahora son sus compañeros es para ellos una causa importante para estar en el coro. Se sienten respaldados por un grupo, aunque no se demuestre de forma evidente, ya que cada uno tiene un grupo de referencia formado por amigos y amigas que en la mayoría de ocasiones son de sus respectivas clases. Se ha creado una identidad de grupo, aunque se trata de un grupo secundario en su socialización diaria en el centro educativo.

Han aprendido a ser tolerantes con los errores de los demás. Es interesante que la tolerancia no es la misma cuando se trata de compañeros del coro, que otros compañeros de sus grupos de clase. Son más tolerantes con los errores y dificultades en el coro que con los de las clases de cualquier otra materia.

En cuanto a las relaciones intergrupales, entre el coro con respecto al resto del centro, podemos decir que se produce una relación general positiva. El resto de alumnos conocen la existencia del coro, y prácticamente todos conocen a alguien que forme parte, ya que los componentes vienen de todos los cursos. Esto hace que, de forma indirecta, todos los cursos del centro se unan mediante conocidos que forman parte del coro, y se han creado otro tipo de relaciones entre los grupos de referencia de componentes del coro, que quizá de no ser por el vínculo coral no se hubiesen podido dar. Por el hecho de conocer que sus amigos trabajan en una actividad con otras personas, ya se crea cierto vínculo de respeto intergrupar entre los grupos de las personas pertenecientes al coro. Por este motivo podemos afirmar que el coro mejora la convivencia general del centro.

El hecho de tener la experiencia de relacionarse con sus compañeros de coro, les da una confianza personal a la hora de hacerlo con los demás. No solo han aprendido a tener que tratar con compañeros de su centro gracias a juntarse en el coro, sino que en los conciertos también han tenido contacto con compañeros de otros coros, con los que incluso han cantado. El coro les ha hecho personas más sociables, con menos timidez para relacionarse.

Los componentes del coro están en un periodo de descubrimiento personal, y en cuanto a las emociones a veces no tienen muy clara la diferencia entre lo que sienten y lo que están expresando. Una de las conclusiones que parecen claras tras el estudio es que a través del canto pueden explorar de forma personal distintas impresiones y expresarlas. Son más capaces de expresar directamente algo a través del canto, que de saber exactamente qué sienten. Por esto concluimos que existe un beneficio emocional, que adquieren una capacidad de expresar distintas emociones y de esta forma conocerse más a través de la introspección.

Además de descubrir sus emociones, la mayoría es capaz de contrastar lo que siente con lo que la música quiere expresar. De esta manera puede descubrir distintos aspectos de su forma de ver el mundo, de sentir o de pensar.

Se trata de un grupo que de forma general siente satisfacción por su vida, pero podemos decir que se siente más satisfecho de forma generalizada después de realizar actividades con el coro. Les aporta sentimientos de realización personal, de orgullo por el trabajo realizado y se sienten en equilibrio con su interior al haber podido expresarse emocionalmente.

En definitiva, se produce una comunicación intrapersonal, que les lleva al descubrimiento de la identidad personal. Además, adquieren una sensación de seguridad al poder expresarse. Todo ello afecta de forma beneficiosa a su salud psicológica.

En cuanto a lo académico, los estudiantes no tienen muy claro los posibles beneficios de su participación en el coro. Por un lado, encontramos que la mayoría se encuentran en una disposición abierta para estudiar o realizar trabajos después de haber cantado en el coro. Van más liberados, se sienten con menos tensión. Aunque es cierto que un pequeño grupo dice estar más distraído, ya que la liberación que les produce cantar les resulta incompatible con la concentración. La concentración puede ser producida por una liberación de la mente tras el canto, pero no es un beneficio generalizado. De igual forma nos encontramos con el rendimiento académico: no podemos concluir que para ellos la participación en el coro sea un elemento que les haya hecho mejorar.

Sí tienen mejora en competencias culturales y cívicas, y mejora en la asignatura de música ya que ven una posible aplicación de lo estudiado en su práctica coral, y les ayuda a acercar la teoría a la realidad. También les ayuda de forma evidente a expresarse de forma abierta y con menos vergüenza. Sin embargo, no son conscientes de que el coro les ayude con otro tipo de materias y/o competencias.

Es distinto si tratamos el desarrollo físico. La postura corporal de los estudiantes mejora de forma evidente. A través de los ejercicios que se realizan también han aprendido a controlar su respiración, y poder relajar el cuerpo. Por último, el coro les ayuda a adquirir pautas de higiene vocal, entendiendo la importancia de trabajar el aparato fonador como otro sistema de su cuerpo.

Para terminar, podemos decir que los beneficios emocionales y de socialización son los que más se han podido ver en desarrollo en esta investigación. La socialización interna ha resultado muy positiva, así como los beneficios por extensión al resto del centro como comunidad educativa. Los alumnos se benefician de esta actividad en ocasiones sin ser conscientes, como ocurre en el caso de las repercusiones académicas.

En definitiva, el coro es una herramienta muy valiosa que puede ayudar al estudiante de formas que ni siquiera espera, y que es un grupo al que puede pertenecer por su elección, ya que cantar está al alcance de todos.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Balsera, F.J. y Gallego, D.J. (2010). *Inteligencia emocional y enseñanza de la música*. Barcelona, España: Dinsic, Publicacions Musicals.
- Balsera, F. J. (2018). Desarrollo del talento creativo a través de la improvisación pianística. *Creatividad y Sociedad*, (27), 7-25.
- Balsera, F. J., López, M. B., Nadal, I. y Fernández, C. (2018). El desarrollo de la creatividad a partir de un taller sobre inteligencia emocional aplicado a un coro inclusivo. *Creatividad y Sociedad* (28) 122-145. Recuperado de: <http://creatividadysociedad.com/articulos/28/6>.
- Barbosa, D. (2014). *Beneficios del canto coral en adolescentes y su integración en el currículo de Música en la Educación Secundaria Obligatoria. Estudio sobre la valoración de esta actividad por el alumnado de un centro educativo de Cádiz* (Trabajo de fin de Máster). Universidad Internacional de La Rioja, España. Recuperado de: <https://reunir.unir.net/handle/123456789/2636>
- Boardman, S. (1996). Breathing Your Way to a Better Chorus. *Music Educators Journal*, 82(6), 26-30. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2307/3398948>
- Bosom, L. (2010). *Cursos de Especialización Musical*. Universidad de Alcalá. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/20387445/Cursos-Especializacion-Musical-09-10>
- Clift, S. y Hancox, G. (2010). The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany. *Music Performance Research Royal Northern College of Music*, 3(1), 79-96. Recuperado de <https://www.creativityaustralia.org.au/wp-content/uploads/2012/05/Cliftandhancox2010.pdf>
- Coffman, D. (2008). Survey of new horizons international music association musicians. *International Journal of Community Music*, 1(3), 375-390.
- Cooksey, J. M. (1992). *Working with the adolescent voice*. St. Louis, Missouri, Estados Unidos: Concordia.
- De la Calle, M. L. (2014). *La participación en coros escolares como desarrollo de la motivación para cantar en la educación primaria y secundaria* (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, España. Recuperado de <https://dialnet>.

unirioja.es/servlet/tesis?codigo=99607

Dols Salas, A. (2012). *La música coral: entre el lleure i el compromís. Aproximació als interessos i practiques socials dels joves cantaires del cor Vint & Sing de l'escola de música Ireneu Segarra, de Palma.* (Trabajo de Fin de Grado). Universidad Oberta de Catalunya, España. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10609/15421>

Elorriaga, A. (2010). El coro de adolescentes en un instituto de educación Secundaria: un estudio de fonación. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*, 7(1). 1-12. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/RECI/article/view/36939>

Elorriaga, A. (2011). *La continuidad del canto durante el periodo de la muda de la voz* (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Madrid, España. Recuperado de <https://repositorio.uam.es/handle/10486/7818>

Fernández Herranz, N. (2013). *Las agrupaciones corales y su contribución al bienestar de las personas: percepción de las aportaciones de canto coral a través de una muestra de cantores* (Tesis doctoral). Universidad Carlos III de Madrid, España. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=84048>

Fierro, M., Tapia, G., Fortoul, B., Martínez, R., Macouzet, M. & Muñoz, J. (2016). Conversando sobre la convivencia en la escuela: Una Guía para el auto-diagnóstico de la convivencia escolar desde las perspectivas docentes. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 6(2), 51-66.

Freer, P. K. (2010). Foundations of the boy's expanding voice: A response to Henry Leck. *The Choral Journal*, 50(7), 29-35. Recuperado de https://scholarworks.gsu.edu/music_facpub/52/

Fucci, R. (2007). O canto coral como prática sócio-cultural e educativo-musica. *OPUS - Revista Eletrônica da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-graduação em Música (ANPPOM)*, 13(1). 75 – 96. Recuperado de <http://www.anppom.com.br/revista/index.php/opus/article/view/295>

Gackle, L. (1991). The adolescent female voice: Characteristics of change and stages of development. *The Choral Journal*, 31(8), 17-25. Recuperado de https://www.jstor.org/stable/23548179?seq=1#page_scan_tab_contents

Guhn, M., Emerson, S. D. y Gouzouasis, P. (2019). A Population-Level Analysis of

- Associations Between School Music Participation and Academic Achievement. *Journal of Educational Psychology*, 1-21- Recuperado de <https://www.apa.org/pubs/journals/releases/edu-edu0000376.pdf>
- Hampshire, R. y Matthijsse, M. (2010). Can arts projects improve young people's wellbeing? A social capital approach. *Social Science y Medicine*, 71(4), 708-716. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953610004144?via%3Dihub>
- Imbernón, F. (2002). *La investigación educativa como herramienta de formación del profesorado. Reflexión y experiencias de investigación educativa*. Barcelona: Graó.
- Jeannotte, M. S. (2003). Singing alone? The contribution of cultural capital to social cohesion and sustainable communities, *The International Journal of Cultural Policy*, 9(1), 35-49. Recuperado de https://socialsciences.uottawa.ca/governance/sites/socialsciences.uottawa.ca.governance/files/singing_alone.pdf
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/191073958/Keyes-C-L-M-1998-Social-well-being-Social-psychology-quarterly-121-140>
- Lenger, D. (2013). *El coro como herramienta de transformación social. Primer Congreso Coral Argentino*. Mar del Plata: OFADAC. Recuperado de: <http://www.ofadac.org/doc/AT4-22.pdf>
- Lomasky, L. (2002): Bowling Alone, *Ideas on Liberty*, 52(4), 60- 61. Recuperado de <https://www.questia.com/magazine/1P3-114463844/bowling-alone>
- Muntaner, J. J. (2010) De la integración a la inclusión: un nuevo modelo educativo. En Arnaiz, P.; Hurtado, M^a.D. y Soto, F.J. (Coords.) *25 Años de Integración Escolar en España: Tecnología e Inclusión en el ámbito educativo, laboral y comunitario*. Murcia: Consejería de Educación, Formación y Empleo.
- Narain, J. (2017). *El coro como favorecedor de la convivencia, bienestar e inclusión: estudio sobre la opinión del profesorado de educación musical en primaria y secundaria de la provincia de Córdoba* (Trabajo de Fin de Máster). Universidad de Córdoba, España. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/322068586_
- Pérez-Aldeguer, S. (2014). El canto coral: una mirada interdisciplinar desde la educación

Cantar en un coro en la adolescencia: beneficios y repercusiones en alumnos de un centro de Educación Secundaria y Bachillerato.

musical. *Estudios Pedagógicos* 40(1), 389-404.

Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well -Being Revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. Recuperado de <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf>

Welch, G. (2017). *The Benefits of Singing for Children*. UCL Institute of Education, London. Project: Singing and vocal development. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/273428150_

Zapata, O. A. (2005). *La aventura del pensamiento crítico. Herramientas para elaborar tesis e investigaciones socioeducativas*. México: Editorial Pax México.

Zuleta, A. (2005). El método Kodály y su adaptación en Colombia. *Cuadernos De Música, Artes Visuales Y Artes Escénicas*, 1(1), 66-95. Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/cma/article/view/6420>

Legislación

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE)

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE).

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.

ORDEN ECD/489/2016 de 26 de mayo por la que se aprueba el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón

ORDEN ECD/494/2016, de 26 de mayo, por la que se aprueba el currículo del Bachillerato y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

ORDEN ECD/ ECD/1165/2018, de 18 de junio, por la que se convoca el programa “Coros Escolares” en centros docentes públicos y privados concertados no universitarios de enseñanzas de régimen general de la Comunidad Autónoma de Aragón durante el curso 2018-2019

7. ANEXOS

7.1. Anexo I: Cuestionario.

Sección 1 de 6

Participantes del coro IES Grande Covián

Estimados alumnos,
mi nombre es Santiago Santamaría, soy estudiante del Master de Profesorado de Secundaria y Bachillerato y, como sabéis, soy uno de vuestros profesores de prácticas y ayudante de vuestra directora en el coro.

Estoy realizando un trabajo de investigación tutorizado por la profesora Icíar Nadal del Departamento de Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Zaragoza, sobre los beneficios socio – emocionales de la participación del alumnado en el coro de vuestro instituto.

Los objetivos de esta encuesta son conocer vuestra motivación en torno al coro, vuestra actividad cotidiana en los ensayos y actuaciones, vuestras características como participantes; y en torno a esos datos poder analizar para conocer las condiciones humanas y las relaciones sociales y evaluar su beneficio en vuestras relaciones sociales, emociones en cuanto a vosotros mismos y en cuanto a las relaciones sociales, e incluso una pequeña aproximación al beneficio en cuestiones académicas.

Para esto os solicito que respondáis a esta encuesta de preguntas sobre vuestra participación en el coro. Todo lo que podáis aportar será de gran utilidad para mi estudio y mi trabajo.
Estaré a vuestra disposición a través del mail santamariabolado@gmail.com.

Muchas gracias por vuestra participación.
Un saludo
Santiago Santamaría Bolado

Sección 2 de 6

A) Datos

1. Nombre (opcional)
2. Dirección de correo electrónico (opcional)
3. Género
4. Curso
5. Edad
6. ¿En qué cuerda cantas en el coro?
7. ¿Participas en otros coros?
8. En caso afirmativo, ¿en qué coro(s)?
9. ¿Has estudiado, estudias o participas en alguna agrupación musical extra escolar?
10. En caso afirmativo, ¿dónde?

Sección 3 de 6

B) Percepciones personales

Combinamos respuestas abiertas y cerradas.

Las cerradas entre opciones concretas o empleando la escala Likert, siendo 0 "totalmente desacuerdo, y 5 "totalmente de acuerdo".

B.1. EMOCIONAL

- 11. Estoy satisfecha/o con mi vida
- 12. Cantar me ayuda a descubrir quién soy
- 13. Cuando canto soy consciente de lo que siento en cada momento
- 14. Cantar me permite expresar mis emociones
- 15. Estoy más contenta/o después de realizar actividades con el coro
- 16. Pertenecer al coro me proporciona sentimientos de orgullo

b.2. MOTIVACIÓN

- 17. Indica tu nivel de satisfacción con el coro en general como actividad
- 18. Asisto con regularidad a los ensayos del coro
- 19. El trabajo de la directora me ayuda a motivarme
- 20. ¿Qué es lo que más te gusta de participar en el coro?
- 21. ¿Crees que podría cambiarse algo en cuanto a funcionamiento para mejorar? (Ensayar en otro horario, darle más peso dentro de la asignatura de música, involucrar a más gente...)
- 22. El repertorio influye en la motivación con la que voy al coro
- 23. Me gustaría que hubiese más de un ensayo a la semana
- 24. Aunque no hubiese valoración positiva en la nota de la asignatura de Música, participaría en el coro

b.3. Físico

- 25. Mi postura corporal ha mejorado desde que he empezado a trabajar mi voz en el coro
- 26. En el coro aprendo recursos para utilizar mi voz de forma correcta
- 27. Siento que puedo controlar mejor mi respiración gracias a trabajarla cantando en el coro
- 28. Siento que puedo controlar mejor mi cuerpo y relajarlo gracias a trabajar el cuidado de mi posición corporal cantando en el coro

Sección 4 de 6

C) Socialización

Combinamos respuestas abiertas y cerradas.
Las cerradas entre opciones concretas o empleando la escala Likert, siendo 0 "totalmente desacuerdo, y 5 "totalmente de acuerdo".

c.1. Relaciones intragrupalas

- 29. Me apunté al coro con algún amigo o amiga
- 30. Considero que he hecho algún amigo o amiga estando dentro de coro
- 31. Estoy cómoda/o con mis compañeros y compañeras del coro
- 32. ¿Ha habido alguna vez problemas entre componentes del coro?
- 33. Me he relacionado con más gente que no conocía o con la que no había tenido mucha relación, a raíz de estar en el coro
- 34. Una de las cosas que me gusta del coro es que me permite tener relación con gente, con la que quizá si no hubiese coincidido en el coro no me relacionaría.

- 35. Con algunas compañeras/os del coro tengo confianza para hablar de temas personales
- 36. Cantar en el coro hace que me sienta más conectado a mis compañeros y compañeras
- 37. Tengo claros mis objetivos y los del coro cuando trabajamos una obra
- 38. Todo el mundo es imprescindible en su cuerda y en el conjunto para que el coro salga adelante
- 39. Cantando en el coro he aprendido a ser más tolerante con los errores de los demás
- 40. Mis compañeras/os del coro me aportan cosas importantes
- 41. Siento que forma parte de un grupo cuando estoy en el coro
- 42. Fuera del coro, en el instituto, me suelo sentir sola/o

c.2. Relaciones intergrupales

- 43. Creo que el coro mejora las relaciones sociales en el centro
- 44. ¿Por qué?
- 45. Participar en el coro, como actividad en la que todos sus componentes son igual de importantes, ¿te ha hecho ser más tolerante y respetuoso/a con el resto de compañeros del centro?
- :::
- 46. Antes de participar en el coro, ¿eras más tímida/o para relacionarte con los demás?
- 47. Siento que tanto compañeros como profesores del centro que no participan en el coro valoran nuestro trabajo grupal

Sección 5 de 6



D) Repercusiones académicas

Combinamos respuestas abiertas y cerradas.

Las cerradas entre opciones concretas o empleando la escala Likert, siendo 0 "totalmente desacuerdo, y 5 "totalmente de acuerdo".

48. Estoy más despejado/a para estudiar o hacer trabajos de otras asignaturas después de cantar o ensayar con el coro

49. Desde que participo en el coro, ha mejorado mi rendimiento académico

50. Cantar obras de otras culturas o en otros idiomas me hace pensar y reflexionar para intentar comprenderlas

51. Creo que el coro me ayuda a entender mejor ciertos contenidos de la asignatura de Música

52. ¿Y de otras materias?

53. El coro me ayuda a tener menos vergüenza para hablar en público o exponer en clase

Sección 6 de 6



Muchas gracias

Os agradezco vuestra participación en el cuestionario.

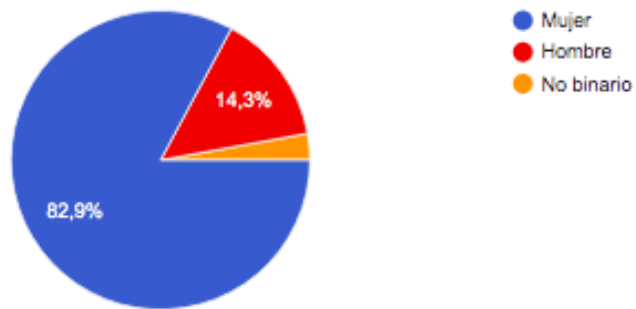
Espero que el final de curso vaya bien.

¡Mucha suerte!

7.2. Anexo II: Gráficas de respuestas del cuestionario

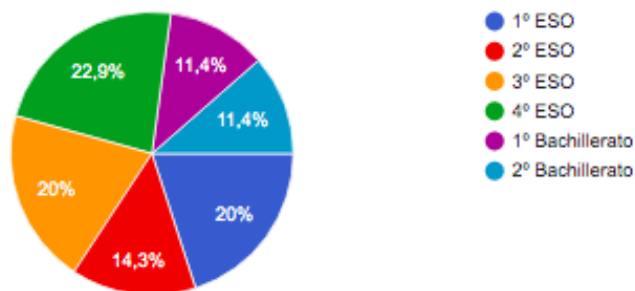
3. Género

35 respuestas



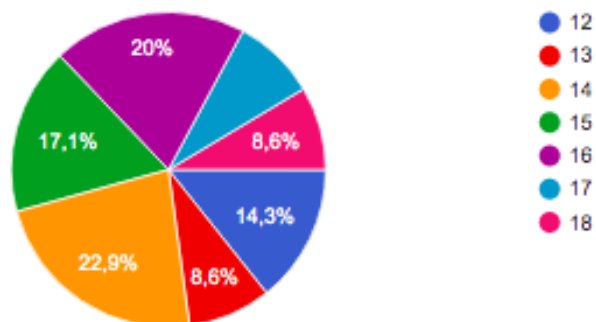
4. Curso

35 respuestas



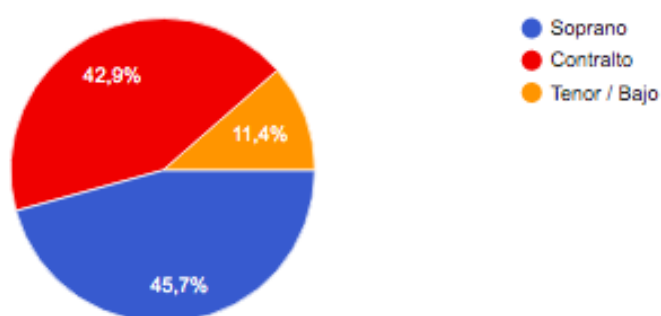
5. Edad

35 respuestas



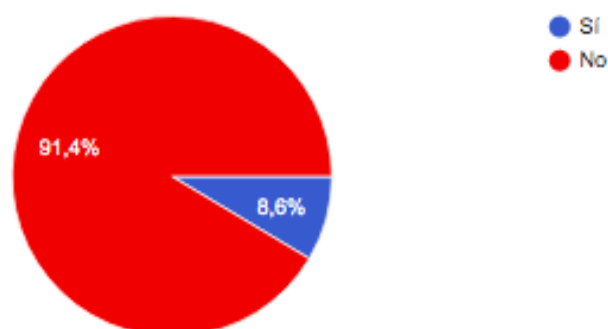
6. ¿En qué cuerda cantas en el coro?

35 respuestas



7. ¿Participas en otros coros?

35 respuestas



8. En caso afirmativo, ¿en qué coro(s)?

4 respuestas

Instituto Grande Covian

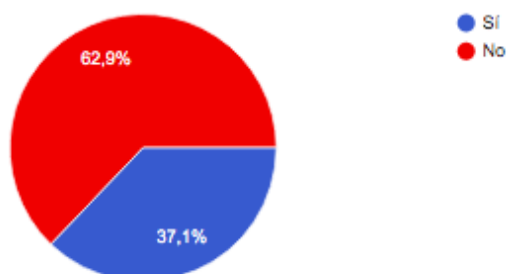
Coro del conservatorio profesional de música de zgz y coro de ex alumnos del conservatorio municipal elemental de música de zgz.

Coro rumano

Participé hace 4 años , cuando iba al colegio CEIP Las Fuentes

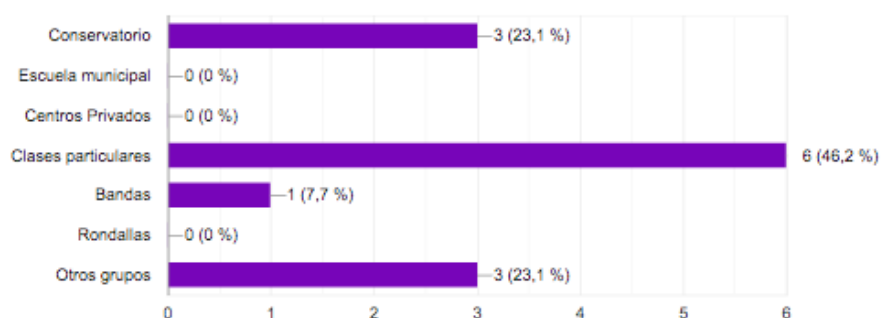
9. ¿Has estudiado, estudias o participas en alguna agrupación musical extra escolar?

35 respuestas



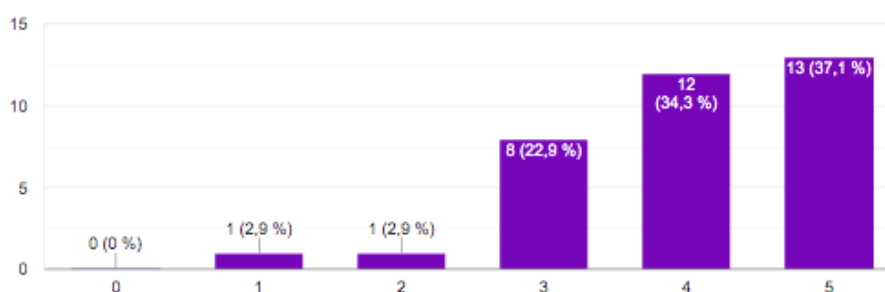
10. En caso afirmativo, ¿dónde?

13 respuestas



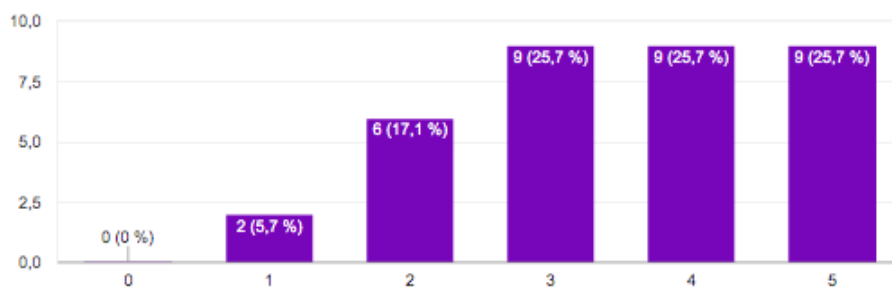
11. Estoy satisfecha/o con mi vida

35 respuestas



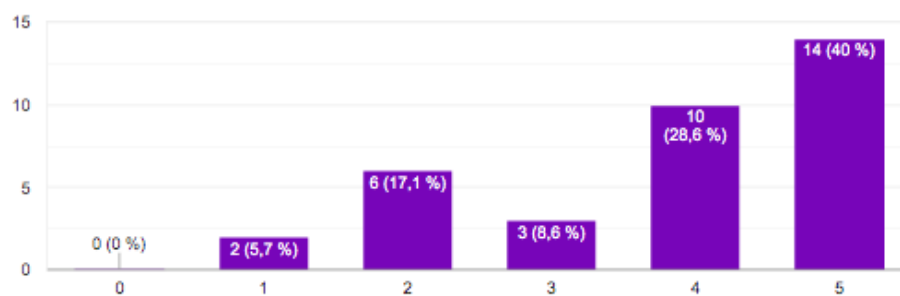
12. Cantar me ayuda a descubrir quién soy

35 respuestas



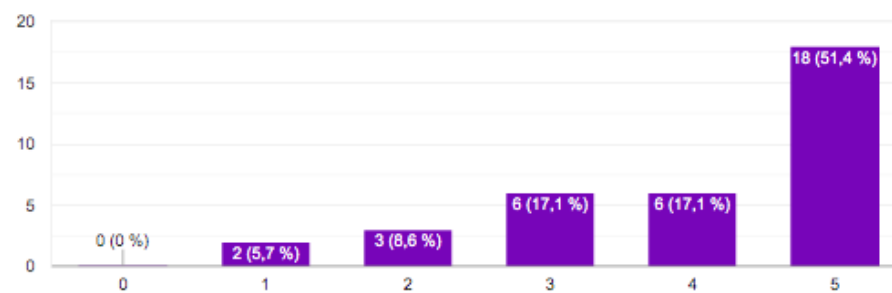
13. Cuando canto soy consciente de lo que siento en cada momento

35 respuestas



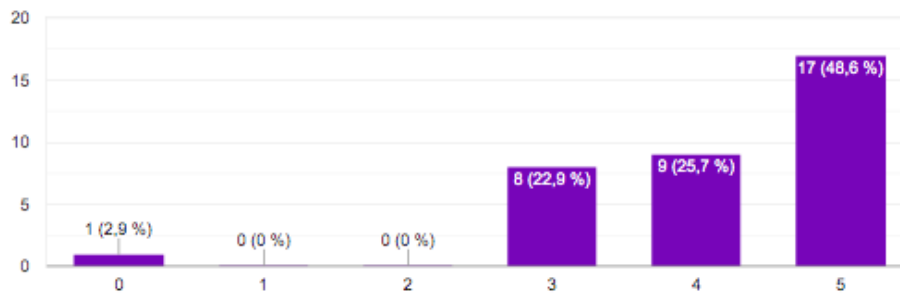
14. Cantar me permite expresar mis emociones

35 respuestas



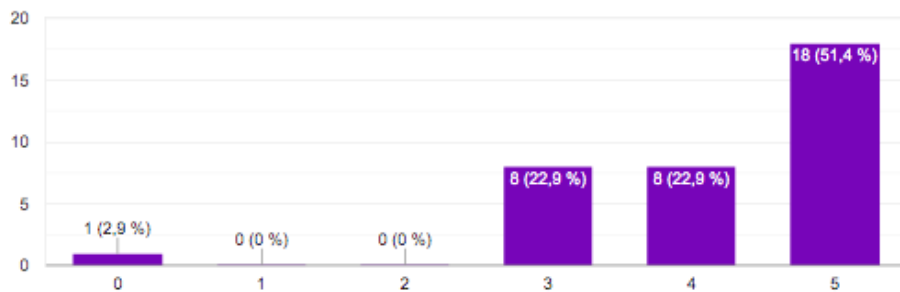
15. Estoy más contenta/o después de realizar actividades con el coro

35 respuestas



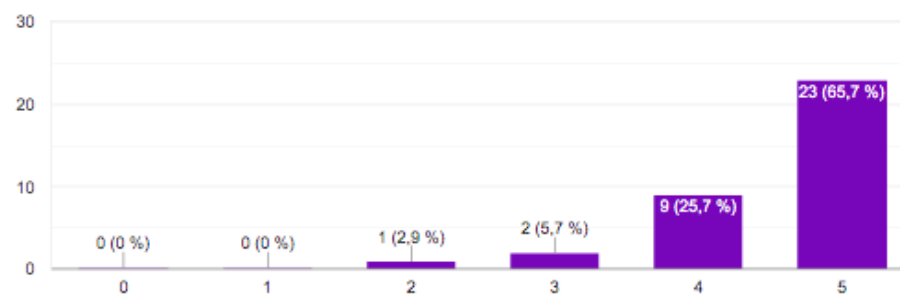
16. Pertenecer al coro me proporciona sentimientos de orgullo

35 respuestas



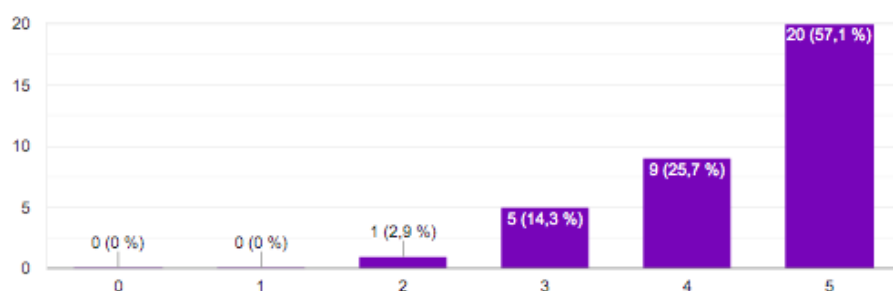
17. Indica tu nivel de satisfacción con el coro en general como actividad

35 respuestas



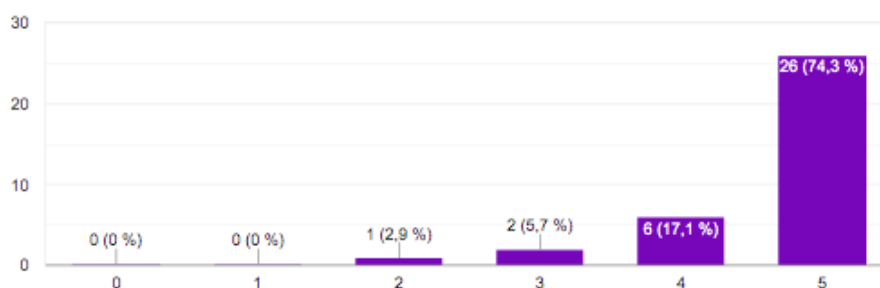
18. Asisto con regularidad a los ensayos del coro

35 respuestas



19. El trabajo de la directora me ayuda a motivarme

35 respuestas



20. ¿Qué es lo que más te gusta de participar en el coro?

32 respuestas

5

4

3

Las variedad de estilos que podemos cantar y conocer a gente

Que haya tanta emocion en algunas personas

Ver el progreso de las obras que cantamos

Hay muy buen ambiente

Cantar y los conciertos que solemos hacer

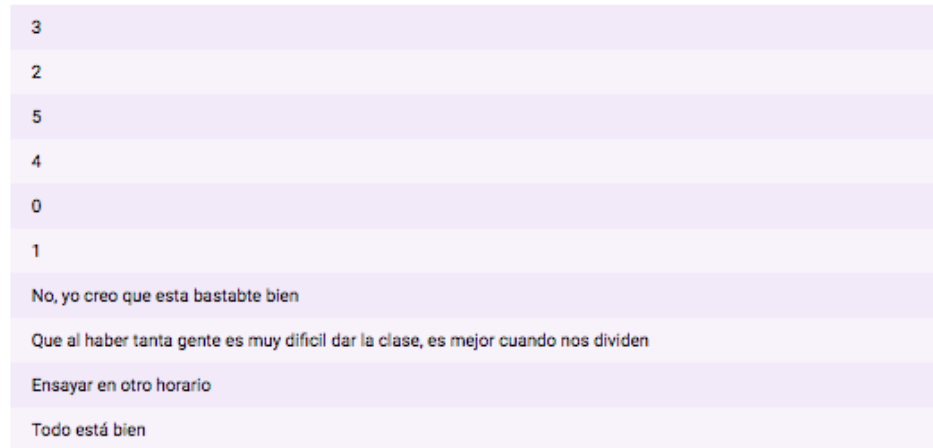
Conocer gente y ambientes nuevos.

La alegría que se transmite

Las canciones

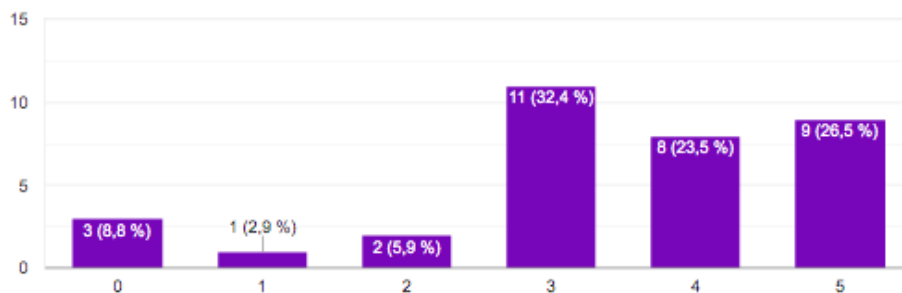
21. ¿Crees que podría cambiarse algo en cuanto a funcionamiento para mejorar? (Ensayar en otro horario, darle más peso dentro de la asignatura de música, involucrar a más gente...)

29 respuestas



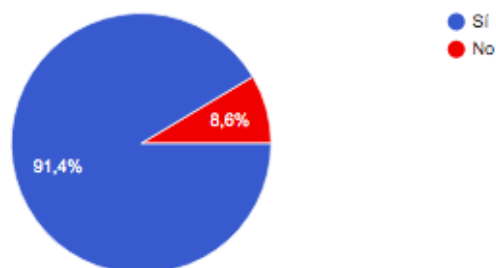
22. El repertorio influye en la motivación con la que voy al coro

34 respuestas



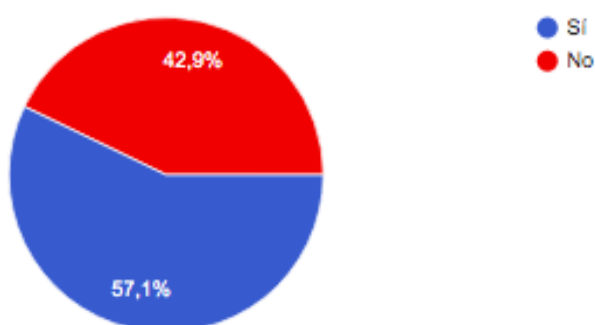
24. Aunque no hubiese valoración positiva en la nota de la asignatura de Música, participaría en el coro

35 respuestas



23. Me gustaría que hubiese más de un ensayo a la semana

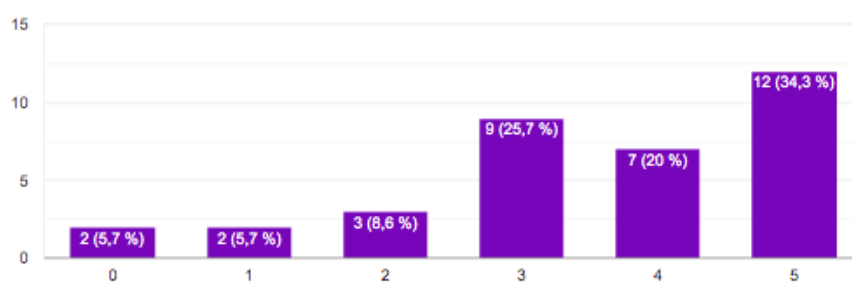
35 respuestas



b.3. Físico

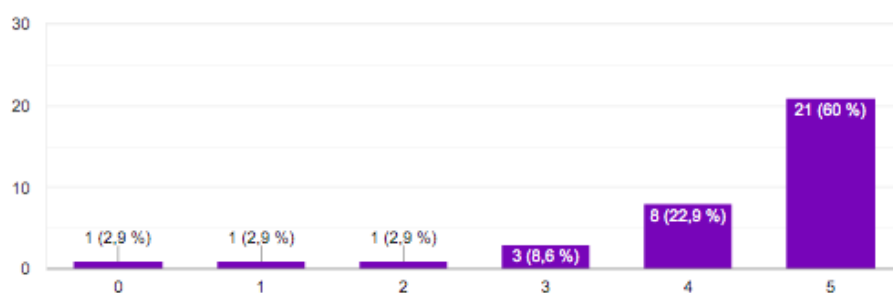
25. Mi postura corporal ha mejorado desde que he empezado a trabajar mi voz en el coro

35 respuestas



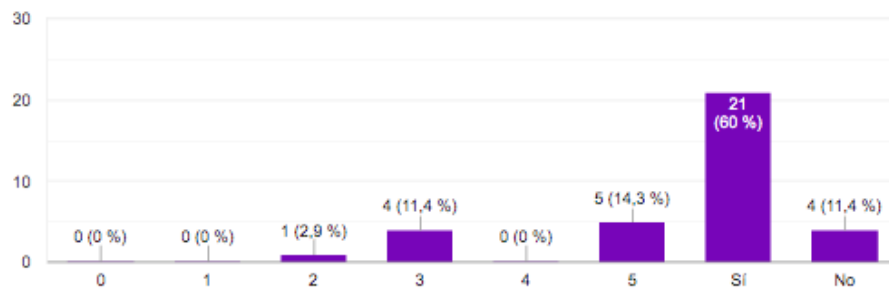
26. En el coro aprendo recursos para utilizar mi voz de forma correcta

35 respuestas



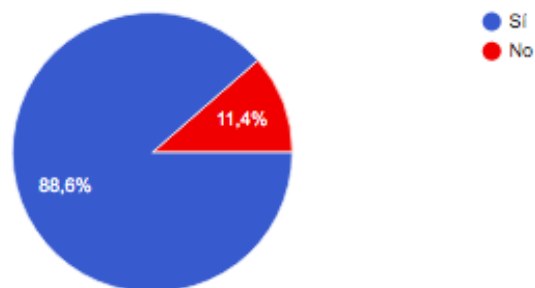
27. Siento que puedo controlar mejor mi respiración gracias a trabajarla cantando en el coro

35 respuestas



28. Siento que puedo controlar mejor mi cuerpo y relajarlo gracias a trabajar el cuidado de mi posición corporal cantando en el coro

35 respuestas

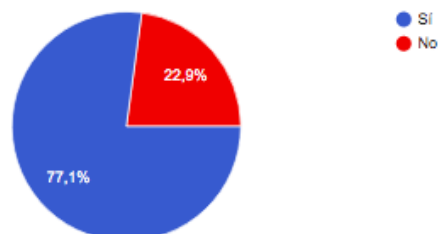


C) Socialización

c.1. Relaciones intragrupalas

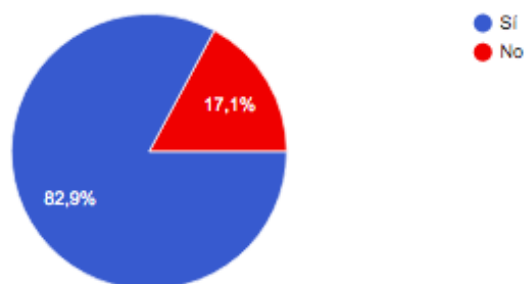
29. Me apunté al coro con algún amigo o amiga

35 respuestas



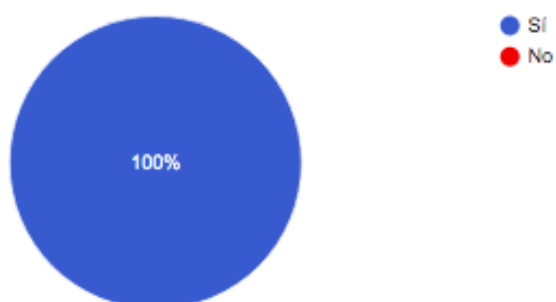
30. Considero que he hecho algún amigo o amiga estando dentro de coro

35 respuestas



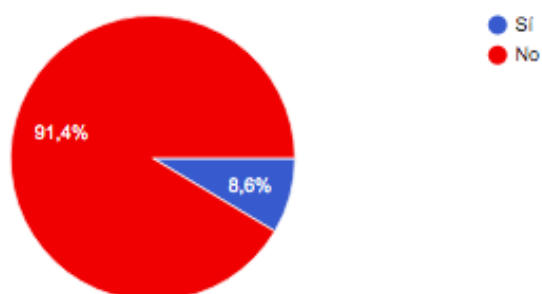
31. Estoy cómoda/o con mis compañeros y compañeras del coro

35 respuestas



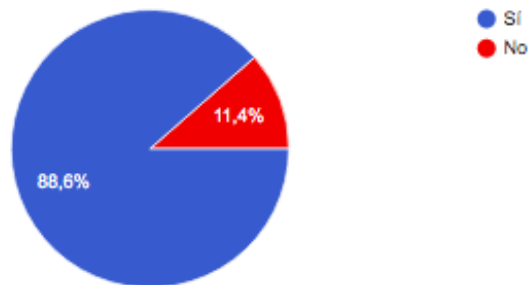
32. ¿Ha habido alguna vez problemas entre componentes del coro?

35 respuestas



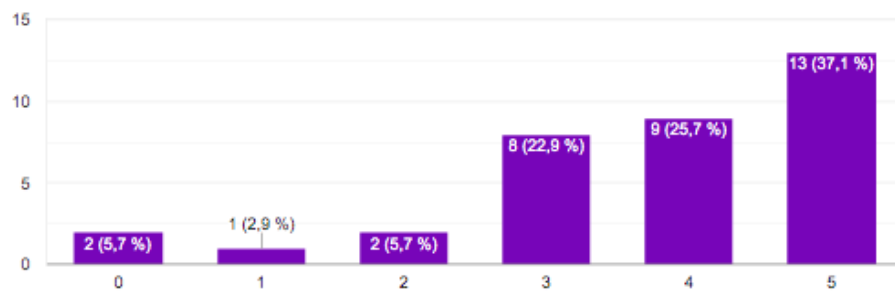
33. Me he relacionado con más gente que no conocía o con la que no había tenido mucha relación, a raíz de estar en el coro

35 respuestas



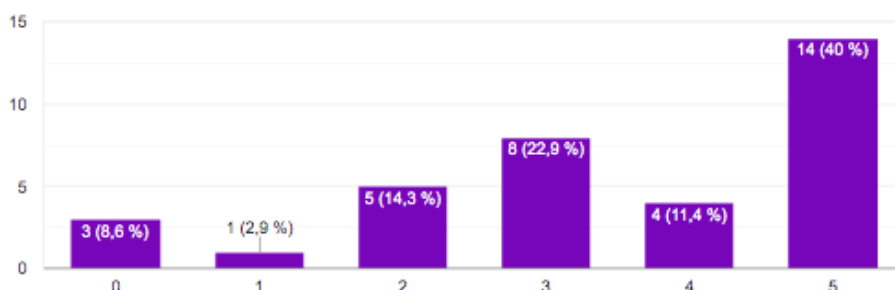
34. Una de las cosas que me gusta del coro es que me permite tener relación con gente, con la que quizá si no hubiese coincidido en el coro no me relacionaría.

35 respuestas



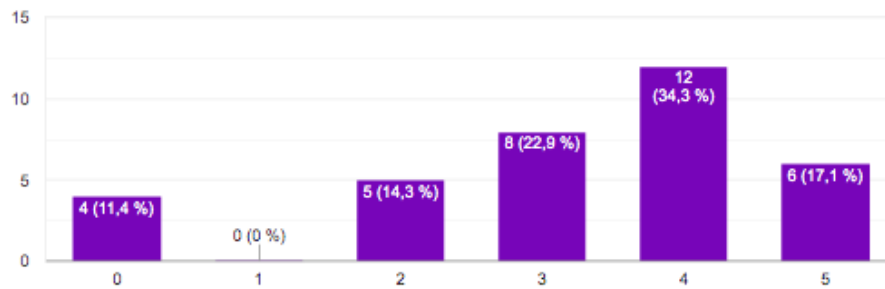
35. Con algunas compañeras/os del coro tengo confianza para hablar de temas personales

35 respuestas



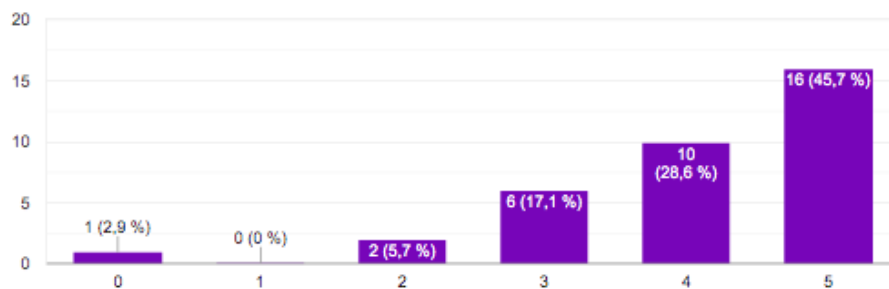
36. Cantar en el coro hace que me sienta más conectado a mis compañeros y compañeras

35 respuestas



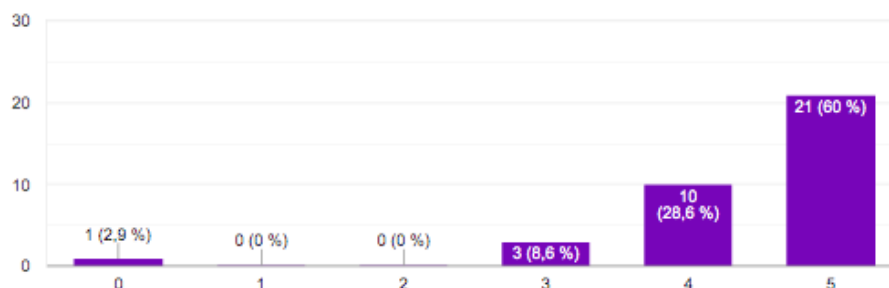
37. Tengo claros mis objetivos y los del coro cuando trabajamos una obra

35 respuestas



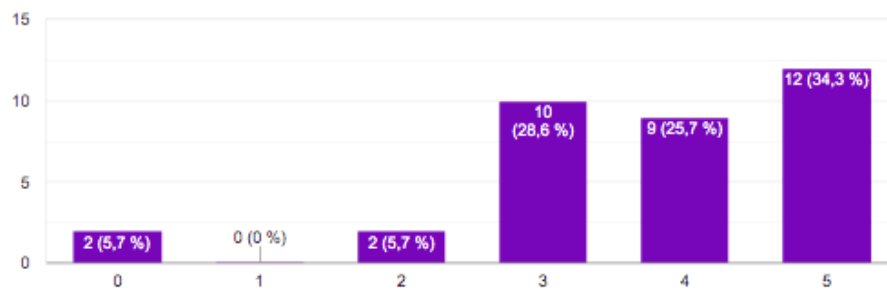
38. Todo el mundo es imprescindible en su cuerda y en el conjunto para que el coro salga adelante

35 respuestas



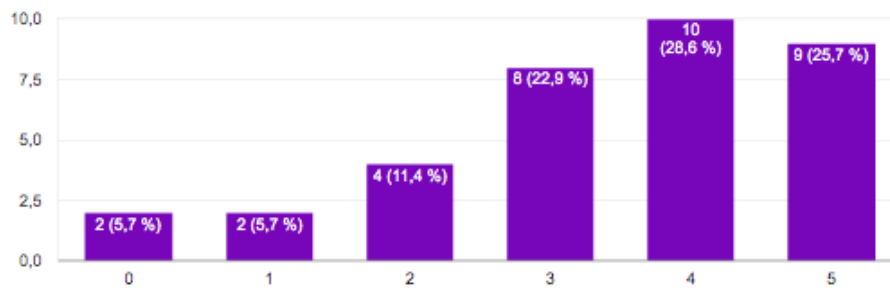
39. Cantando en el coro he aprendido a ser más tolerante con los errores de los demás

35 respuestas



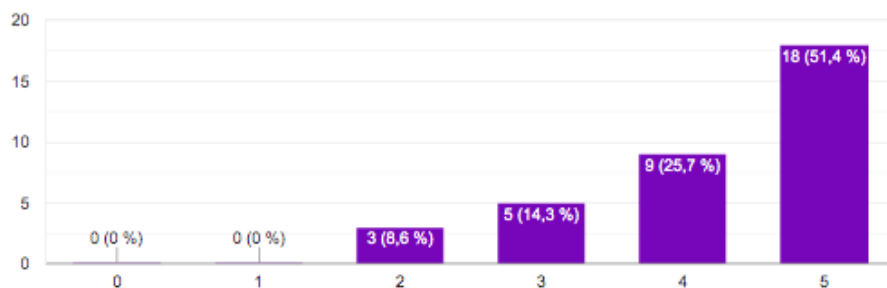
40. Mis compañeras/os del coro me aportan cosas importantes

35 respuestas



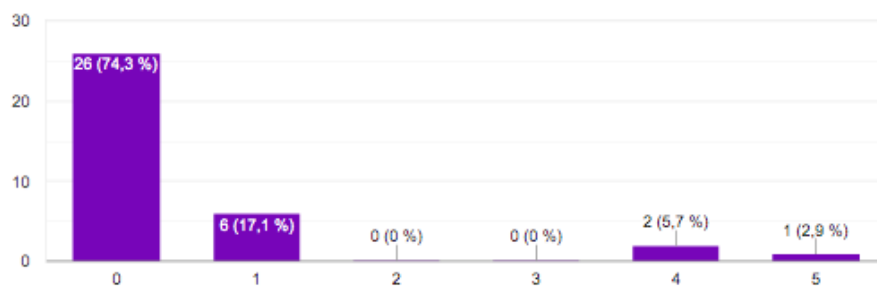
41. Siento que forma parte de un grupo cuando estoy en el coro

35 respuestas



42. Fuera del coro, en el instituto, me suelo sentir sola/o

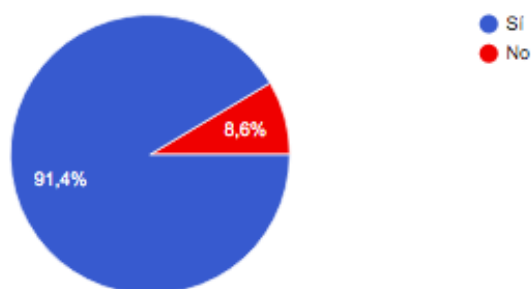
35 respuestas



c.2. Relaciones Intergrupales

43. Creo que el coro mejora las relaciones sociales en el centro

35 respuestas



44. ¿Por qué?

23 respuestas

Porque conoces a más gente ❤️

Por que conoces y ves a gente que igual por ejemplo igual no coincidimos mucho por los pasillos

Nos reunimos un grupo de gente para un objetivo común que es cantar y nos relacionamos

Por que conoces a gente que le gusta hacer la misma cosa que a ti

Porque te puedes hacer amistades con gente que le guste cantar

Porque al coordinar a muchas personas para hacer algo juntas se forma un vínculo especial de amistad.

Ni idea pero lo hace

Porque mucha gente está haciendo una actividad que a ti te gusta y por tanto la tenéis en común, y porque te ayuda a conocer gente nueva.

Porque el coro nos ayuda a sentirnos bien con nosotros mismos y con los demás, nos lo pasamos bien.

La música une vida

Porque te ayuda a no tener tanta vergüenza al hacer lo que te gusta

Es una forma de conocer gente nueva

Porque así las personas se relacionan mas

Porque conoces a más gente de todos los cursos, os podéis ayudar entre vosotros cuando haga falta, hablar cuando alguien lo necesita sobre algún problema y aprender de los demás.

Porque gracias al coro aprendemos valores, como por ejemplo el respeto (cuando alguien canta los demás nos callamos y escuchamos). También nos ayuda a conocer personas de otros cursos con las cuales compartimos gustos musicales o aficiones. Somos como una gran familia que se apoya ; y el buen rollo que hay en el coro lo transmitimos a los demás compañeros del centro.

Nos permite conocer gente nueva con la que compartimos y disfrutamos los mismos intereses centrándonos en lo que nos une y no lo que nos separa.

Porque es un día en el que nos juntamos todos de diferentes cursos.

Porque somos un grupo de pocas personas que a lo largo del año nos vamos conociendo todos.

Porque nos relacionas con personas de diferentes edades

Porque es una actividad en la que te lo pasas bien con otras personas

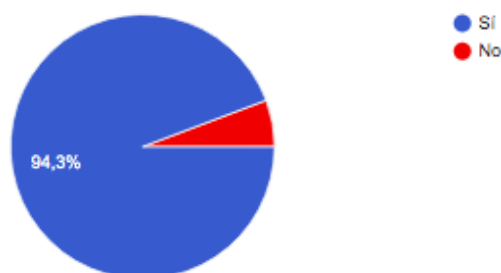
Junta alumnos de diferentes edades y clases

Por que la gente no se llega a llevar muy bien como para luego en el centro ir de amigos

Puedes ir a coro sin tener que relacionarte con nadie.

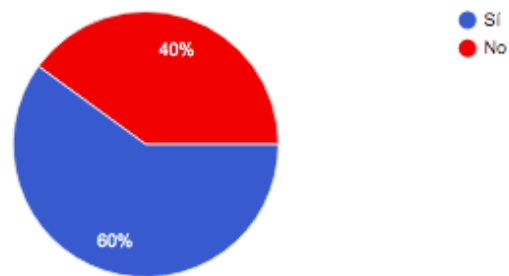
45. Participar en el coro, como actividad en la que todos sus componentes son igual de importantes, ¿te ha hecho ser más tolerante y respetuoso/a con el resto de compañeros del centro?

35 respuestas



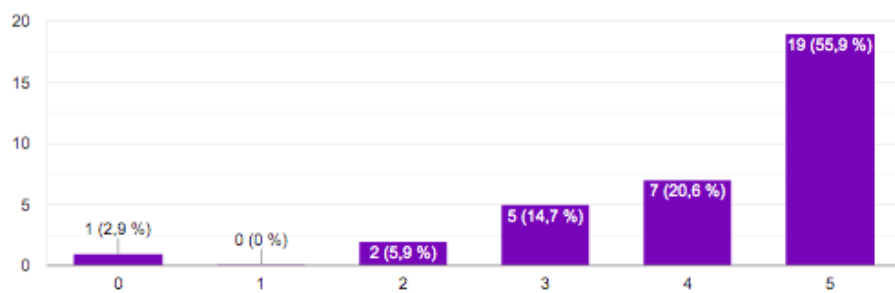
46. Antes de participar en el coro, ¿eras más tímida/o para relacionarte con los demás?

35 respuestas



47. Siento que tanto compañeros como profesores del centro que no participan en el coro valoran nuestro trabajo grupal

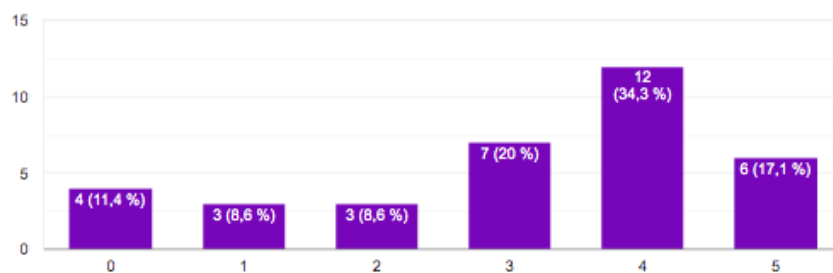
34 respuestas



D) Repercusiones académicas

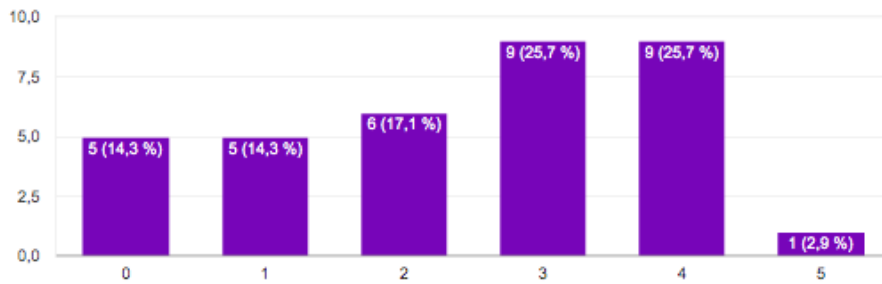
48. Estoy más despejado/a para estudiar o hacer trabajos de otras asignaturas después de cantar o ensayar con el coro

35 respuestas



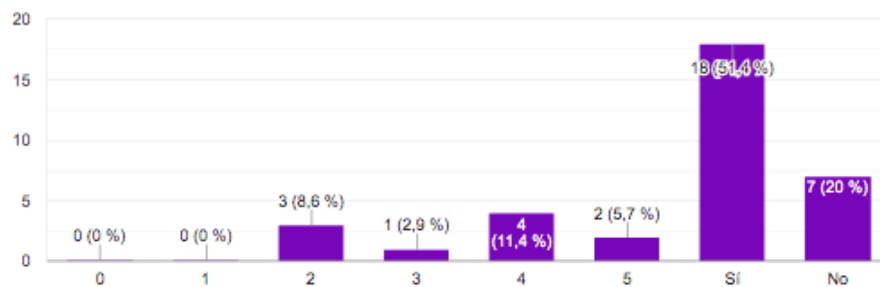
49. Desde que participo en el coro, ha mejorado mi rendimiento académico

35 respuestas



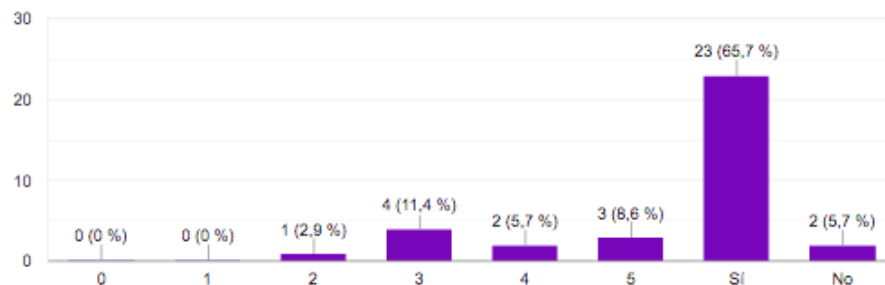
50. Cantar obras de otras culturas o en otros idiomas me hace pensar y reflexionar para intentar comprenderlas

35 respuestas



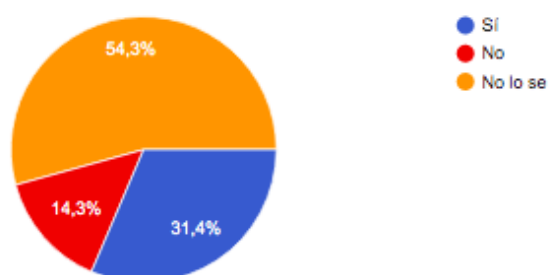
51. Creo que el coro me ayuda a entender mejor ciertos contenidos de la asignatura de Música

35 respuestas



52. ¿Y de otras materias?

35 respuestas



53. El coro me ayuda a tener menos vergüenza para hablar en público o exponer en clase

35 respuestas

